بهاگاڤاد گیتا

سرودەکانی خودا

भगव िता

٥٩٢ /٢٩٤

هـ ٢٣٢ هاوبیر کامەران (وەرگێڕ)

بهاگاڤادگیتا ، سرودەکانی خودا

وەرگێڕانی هاوبیر کامەران

سلێمانی: سەردەم ، ٢٠١٢

٢٢٣ ل : ١٨ ×١١.٥ سم

١- کتێبی پیرۆز (بهاگاڤادگیتا)

٢- فەلسەفەی هیندی

ناوی کتێب: بهاگاڤادگیتا ، سرودەکانی خودا

وەرگێڕانی: هاوبیر کامەران

بابەت:فەلسەفەی هیندی

هەڵەچنی: نیشتمان محەمەد

مۆنتاژی کۆمپیوتەر: سەیران عەبدولرەحمان فەرەج

دیزاینی بەرگ: ئارام عەلی

تیراژ: ٧٥٠ دانە

نرخ: ٣٥٠٠ دینار

دەزگای چاپ و پەخشی سەردەم

چاپی یەکەم: ساڵی ٢٠١٢

کوردستان ــ سلێمانی

www.serdam.org

بۆ پەیوەندیکردن بە زنجیرەی کتێبەوە: kteb@serdam.org

لەبەڕێوەبەرایەتی گشتی کتێبخانەگشتییەکان ژمارە (١١٥٨) ی ساڵی ٢٠١٢ پێدراوە

سەرچاوە/ گیتا .. سرود خدایان

ترجمه : محمد علی موحد

چاپ : دوم

شرکت سهامی (خاص) انتشارات خوارزمی است

بهاگاڤاد گیتا

سرودەکانی خودا

भगव ीता

وەرگێڕانی لە فارسییەوە

هاوبیر کامەران

سلێمانی ٢٠١٢

زنجیرەی کتێبی دەزگای چاپ و پەخشی سەردەم

کتێبی سەردەم ژمارە (٥٩٦)

سەرپەرشتیاری گشتیی زنجیرە

ئازاد بەرزنجی



"مرۆڤ دەبێت خۆی خۆی ئازاد بکات نەك خۆی زەبوون و داماو،
چونکە دۆست و دوژمنی مرۆڤ خۆیەتی"

کریشنا

ئەم وەرگێڕانە پێشکەشە بە:
هەموو ئەوانەی پاش سود وەرگرتن لە ئەقڵ بەشوێن هۆکارێکدا ئەگەڕێن بۆ ڕزگاربوون لە ئەقڵ.

ناوەڕۆك

پێشەکی

وەها لە بهاگاڤادگیتا هێزی دڵ وەردەگرم

کە لە هیچ شتێکی تر وەری ناگرم"

ماهاتما گاندی

ئەگەر لەنێوان (*کۆمار*)ی پلاتۆن و (*کۆمەڵگەی کراوە و دوژمنەکانی*)ی کارل پۆپەرو (*فیزیك و واقعیەت*)ی ئەنیشتاین و (*پیرەمێردو دەریا*)ی ئەرنست هەمەنگوای و (*بوستان*)ی سەعدی و (*مەسنەوی*) ڕۆمی و (*موکاشەفەی ئەنوار*)ی غەزالی و (*صەحیح*)ی بوخاری و (*بهاگاڤادگیتا*)دا یەکیان دەستنیشان بکەم بۆ خوێندنەوەی تا کۆتایی تەمەن، بێگومان بێ سێ و دوو بهاگاڤادگیتا هەڵدەبژێرم. بۆچی ئەبێت تێکستێك هەڵنەبژێرم کە زانست و فەلسەفە و ئایینی بەشێوەیەکی ڕۆحانی و عیرفانی کۆکردۆتەوەو بە پوختی پێشکەشی کردووە. بۆچی ئەبێت دەقێك هەڵنەبژێرم کە ڕەتی کەس ناکاتەوەو هانمان ئەدات بۆ خۆشەویستی خوداو خەڵك و خۆمان و نموونەیەکی جوانە لە لاهوت و زانست.

بهاگاڤادگیتا ئەو کتێبەیە کە (ئارتور شۆبنهاوەر)ی گەورە فەیلەسوفی ئەڵمانی لەبارەیەوە دەڵێت: **"گیتا فێرکارترین و گەورەترین سەرچاوەیە کە لە جیهاندا بوونی هەیە"**.

گیتا هەمان تێکستە کە (کانت)ی فەیلەسوف دەربارەی دەڵێت: **"ئەم سرودانە ڕێزو بە گەورەگرتنێکی زۆر لە مرۆڤدا دەجولێنن"**.

گیتا هەمان ئەو تێکستەیە کە نوسەرو ڤیداناسی گەورە داریوشی شایگان لەبارەیەوە دەڵێت: **"بەدەگمەن نوسینێکی مەعنەوی و ئەدەبی وا لە هیندستان و تەنانەت ئەدەبیاتی پیرۆزی جیهانیش دەبینرێت کە لەڕووی دەربڕین و جوانی عیبارەت و زمانەوانی و بەلاغەت و تێکسمڕاوی بابەتەکان و بنەماکانی ئەخلاقەوە شان بدات لە شانی گیتا"**.

گیتا ئەو تێکستەیە کە (ویلیام ڤۆن هومبۆلت) لەسەری نوسیوە کە: **"تاقانەترین و تەنانەت تاکە سرودێکی فەلسەفییە لەتەواوی زمانەکانی جیهاندا"**.

گیتا هەمان ئەو سرودە ئیلاهیانەیە کە (شیڤانانداماهاراج) و (پاڕاماهانسا ساتیاناندا) و (یۆگاناندا) و (ڕاداکریشنان) و (ماهاتماگاندی) و (گارب) و (شۆبنهاوەر) و (کۆماراسوامی) و (کانت) و (دیکارت) و سەدانی تر بە جوانترین نوسراوی سمریتی هیندییەکانی دەزانن و بەڕاستیش ئەو تێکستەیە کە لەهەموو دەقەکانی دیکەی هیند زیاتر کاریگەری لەسەر هیندستان و بیری هیندی داناوە. ئێمە دەتوانین ئەم کاریگەرییە بە ڕوونی ببینین کاتێك نموونەی وەك ماهاتماگاندی و دکتۆر ڕاجنیش (ئۆشۆ) و ڕاداکریشنان و ڕاماکریشنا و کریشنا مورتی و محەمەد

داراشکۆ و گورو نانك و دەیان ڕوناك ئەندێشی تر کە بوونی ئەوان کاری کردۆتە سەر مێژوو تەنانەت جوگرافیای جیهانیش.

ساڵی ۲۰۰۳ و ۲۰۰٤ لە چەند هەفتەیەکدا کتێبی پیرۆزی (بهاگاڤادگیتا)م لە دوو خولی تایبەت بە قوتابیانی پێشکەوتووی یۆگای کۆمەڵەی یۆگا وتەوە کە پێکدەهات لە تەرجەمەو لێکدانەوەی بڕگەکانی ئەم کتێبە پیرۆزە کە زانینی ئەبێتە هۆی پێشخستنی یۆگی لەڕێگەی یۆگاداو مایەی سەرفرازی ئەوە لەو کۆت و بەندو نشێوو هەڵدێرانەی دێنە سەر ڕێی. هەر لەو ڕۆژانەوە بە قوڵی بیرم لە وەرگێڕان و بلاۆکردنەوەی ئەم کتێبە کردەوە تا خوێنەری کورد بتوانن لێی سودمەندبن. بەلاٌم سەرەتا زۆر سڵەمیمەوە لە بلاۆکردنەوەی کتێبەکە، چونکە بە بۆچوونی من کتێبخانەی کوردی و مەعریفەی ئێمە ئامادەی وەها دەقێك نەبوو کە پێویستی بە مێشکێکی کراوە و دەروونێکی ئازاد هەیە بۆ خوێندنەوە. بەلاٌم پاش چەند ساڵ و کاراتر بوونی خولەکانی یۆگا و دەرچوونی گۆڤارێکی یۆگا کە لە پەرەدان بە بواری ئیندۆلۆژی و شەرحی یۆگا و گرنگیدان بە عیرفان دەورێکی باشی بینی، ئیدی کاتی ئەوە هاتووە ئەم کتێبە بلاۆبکرێتەوە ئەگەرچی حەزەرێکی زۆریش پێویستە، چونکە هێشتا پێویستە بۆ تێگەیشتنی دەقێکی وەها کراوەترین .

بەهەرحاڵ، لەڕاستیدا زۆر خۆشحاڵم کە توانیم ئەم کتێبە بەنرخە وەرگێڕمە سەر زمانی کوردی لەبەرئەوەی:

یەکەم: کورد ئاشنای دیدگایەکی دیکە لە ڕوانین لە بوون و ژیان و مرۆڤ و خودا دەکات کە بۆ ئێمەو بەتایبەت لەم زەمەنەدا زۆر نامۆیە، بەلاٌم یەکجار پێویست و گرنگ.

دووەمیش: بوونی سەرچاوەیەکی وا بەکوردی یارمەتییەکی زۆری ڕوناك ئەندێشانی کورد دەدات تا بتوانن لەنزیکەوە ئاشنای ئەو کتێبەبن کە کۆڵەکەی ڕۆشنبیری و ئایینی هیندییەو لای فەیلەسوفانی جیهان بەڕێزەوە مامەڵەی لەگەڵ دەکرێت، چونکە بەرچڤەی لێکۆڵینەوەو هەر هیچ نەبێت ئەزموونە قوڵەکانی ئەو مرۆڤانەن کە ویستویانە بگەنە ڕاستەقینە.

وەرگێڕانی بهاگاڤادگیتا خۆی لەخۆیدا کارێکی زۆر قورسەو پێویستی بە جورئەت و شارەزاییەکی زۆر هەیە، من ئەو جورئەت و شارەزاییەم نەبوو، هەر بۆیە چاوەڕێم کرد تا ئەمڕۆ بۆ ئەوەی بتوانم وەرگێڕانێکی زۆر باش پێشکەش بکەم. هەرچەند لە ساڵی ٢٠٠٥ بۆ ٢٠٠٦ گیتام بە گێڕانەوەکەی (سوامی ڤیدانتا شری پرابهوپاد) [١] وەرگێڕا، بەلاّم پێش ئەوەی چاپی بکەم لەسەر قسەی مامۆستاکەم کە لەو بوارەدا شاسوارە و بەپێی هەوڵ و لێکۆڵینەوەکانی خۆم وازم لە بلاّوکردنەوەی ئەو تێکستە هێنا، هۆکارەکەشی ئەوەبوو گیتا بەو شێوەیەی پرابهوپادا وەریگێڕاوەتە سەر زمانی ئینگلیزی، لەزۆر بڕگەو شوێندا دەستکاری و زیادەڕەوی تێدایە چونکە پرابهوپادا پێی

[1] - سوامی بهاکتی ڤیدانتا شریلاپرابهوپادا، یەکێك یان باشترە بڵێین سەرەکیترین کەسایەتییە لە دامەزرێنەرانی جولاّنەوەی (هارەکریشنا) لە هیندستان کە باوەڕیان وایە مرۆڤ تەنها و تەنها لەڕێگەی بڕوابوون بە کریشنا دەگاتە خودا و هەقیقەت، ئەم جولاّنەوە ڕۆحانییە هانی مرۆڤ دەدەن بۆ بڕوابوون بە ئامۆژگارییەکانی ناو گیتا، بەلاّم لەزۆر ڕووەوە واقعی و مێژوویی لەم تێکستە دەڕوانن، لەکاتێکدا ڕاستییەکە بەڕای زۆرینەی یۆگییەکان بەو شێوەیە نییە. خودی گیتاش ئەوە ڕەت دەکاتەوە. ئەم جولاّنەوەیە تەنها لە هیندستان نەمایەوە بەڵکو لە ئەورووپاو ئەمریکاش پەرەی سەندو گەلێ لە گەنجانی بەشوێن خۆیدا کەمەنکێش کرد.

وایە کە ئەم حەدەسە واتە شەڕی کوروکشترا کە لە پاشاندا باسی دەکەین و هەوێنی گیتایە، شتێکی واقعییەو ئەمەش وای کردووە دەستکاری تێکستەکە بکات.

من ئەم تێکستە پاکەم هەڵبژارد بۆ وەرگێڕان تا دووربێت لە دەمارگیری ئایینی، بەو ئومێدەی ئەم وەرگێڕانە هەوڵێك بێت بۆ جولاندنی ئەو فارسی زان و لێکۆڵەرانەی دەتوانن باشتر لە من ئەم نوسینە وەرگێڕنە سەر زمانی کوردی.

بە باشمزانی بۆ ئاسانکردنی تێگەیشتنی خوێنەر لەم کتێبەدا سێ کار ئەنجام بدەم:

یەکەم: پێدانی هەندێ زانیاری سەرەتایی و زۆر خێرا لەسەر هەندێ مەسەلەی زۆر گرنگی ناو گیتا وەکو مەسەلەکانی خوداو ڕۆح و کارماو زانین و گۆناکان و هتد، ئەمە لەگەڵ پێدانی هەندێ سەرچاوە بۆ خوێنەر کە بتوانێت لێیان سودمەند بێت.

دووەم: بۆ زیاتر ڕوونکردنەوەی هەندێ ڕستەی ئاڵۆزو ناباو چەند پەراوێزێکم نوسیوە لەخوارەوەی لاپەڕەکان کە دیسان بۆ یارمەتیدانی خوێنەر لەوبڕوایەدام سودبەخش بێت. ئەمە ناچێتە نێو شەرح و لێکدانەوەی گیتا تەنها بەرچاو ڕوونییەکە و بەس، چونکە هێشتا من لە قۆناغێکدا نیم بتوانم شەرحی ئەم تێکستە ڕۆحانییە فەلسەفییە قوڵە بکەم.

سێهەم: ویستم لە کۆتایی وەرگێڕانەکەدا فەرهەنگۆکێکی بچوکم ساز بکەم بۆ ئەو لێکۆڵەرانەی کە بیانەوێت زیاتر ئاشنای وشە سانسکرێتییەکان بن، بەلاّم کەمی دەرفەت بواری نەدا، هەربۆیە هەستام بە دانانی چەند وشەیەکی سانسکرێتی و لەبەرامبەریشیدا کوردییەکەی تا خوێنەر زیاتر لێیان ئاگاداربێت، لەڕاستیدا وەك هاوشێوەی ئەو فەرهەنگۆکە وابوو کە ویستم دایبنێم.

بۆ دەستکەوتنی نوسخەی فارسی ئەم وەرگێڕانە زۆر قەرزارباری مامۆستای بەڕێز برزۆ قادری (سوامی مادهاڤاناندا)م کە نەك هەر ئەم نوسخەیەم لە بەڕێزیان وەرگرت بەڵکو لەسەر پێشنیاری بەڕێزیان ئەم نوسخەیەم هەڵبژارد بۆ وەرگێڕان و بەهرەمەندیش بووم لەزۆر ڕونکردنەوەو زانیاری ئەوان.

هەڵبەت لەزۆر شوێندا گەڕاومەتەوە بۆ نوسخە باوە جیهانییەکەی (ئاچاریا بهاکتی ڤیدانتا شیرلا سوامی پرابهوپادا) کە هەم بە فارسی و هەم بە ئینگلیزی لام بوو. هەربۆیە ئەکرێت بوترێت ئەم کتێبە وەرگێڕانێکە لە سێ سەرچاوە کە یەکێکان ڕاستەوخۆ دەقە سانسکرێتییەکەیە.

لەکۆتاییدا سوپاس بۆ یەزدانی تاك و تەنها و ڕۆحی جیهانی کە یارمەتیدام بۆ وەرگێڕانی وتەکانی گیتا و گەیاندنی بە ئێوەی ئەزیز، بەو ئومێدەی خوێندنەوەی ئەم کتێبە هۆکارێك بێت بۆ ڕوناکبوونەوەی ڕۆحی و هەر هیچ نەبێت ڕێگەیەك لەدڵدا دروست بکات بۆ حەزکردن لە شارەزابوون لەو تێکستگەلە کۆنە جیهانیانەی کە ئێمە وەکو گەلی کورد لە ناسینیان بێبەش و مەحرومین. زۆر سوپاسی دکتۆر محەمەد ئەحمەد و دکتۆر عادل محەمەدی هاوڕێ و دۆست ئەکەم کە لە ئامادەکردنی ئەم کتێبەدا زۆر یارمەتیاندام.

هاوبیر کامەران

٢٠١١/١/١ سلێمانی

گیتا چیە؟

"هیچ کاتێک ناتوانم ئەو سەرسوڕمان و سەرسامییە
لەبیر بکەم کە یەکەم جار لە بینینی بەشێک
لەم هۆنراوە سانسکرێتیانە بەسەرمدا هات"

لامارتین

بهاگاڤادگیتا[٢] کە کورتکراوەکەی گیتایە بە مانای سرودی ئیلاهی دێت و دەفتەری شەشەمی مەلحەمەی بەناوبانگی هیندی (ماهابهاراتا)یە[٣] کە ناوبانگی جیهانی هەیە. گیتا پێکدێت لە گفتوگۆیەکی کورت لەنێوان (کریشنا)ی[٤] سەر بە بنەماڵەی (یاداڤا) و[٥] (ئەرجونا)[٦]ی سەر بە بنەماڵەی پانداڤا لە مەیدانی شەڕی (کوروکشترا)دا[٧]، لەکاتێکدا سوپای (کوروەکان)[٨] و سوپای (پانداڤاکان)[٩]بەرەو ڕووی

[2] - Bhagavad Gita
[3] - Mahabharata
[4] - Krishna
[5] - yadava
[6] - Arjuna
[7] - Kurukshtra
[8] - Kurvas

یەکتر وەستاون بۆ شەڕکردن. ئەم شەڕە لەپێناو وەرگرتنەوەی هەقی پانداڤاکاندایە کە سالآنێکی زۆرە لەلایەن کورووەکانەوە بێبەش کراون لە ماڵ و حاڵ و شوێن و زێدی خۆیان و هەروەها بێبەشیش کراون لە پادشایەتی (بهاراتا) واتە هیندستان لەکاتێکدا دەبوو ئەوان پادشای وڵات بن نەك کورووەکان.

سیلسیلەی ئەم بنەماڵەیە لە خودی (کورو)ەوە دەست پێدەکات و ڤیدورات[10] کوڕی ئەوە و ئاناسڤان[11] کوڕی ڤیدوراتەو بەو شێوەیە درێژە دەکێشێت بۆ پاریکشیت[12] و بهیماسا[13] و پراتیشراڤاس[14] و پراتیپا[15] و شانتو[16] و ڤیچیتراڤیریا[17] .

ڤیچیتراڤیریا سێ ژنی دەبێت بەناوەکانی شودری[18] و ئامبالیکا[19] و ئامبیکا[20]، لە شودری ڤیدورای[21] دەبێت، لە ئامبالیکا پاندووی[22] دەبێت و لە ئامبیکاش دەهریتاراشترای[23] دەبێت.

ڤیدورا کە کوڕی یەکەمە دەمرێت پێش مردنی ڤیچیتراڤیریای باوك.

دەهریتاراشترا کە کوڕی دووەمە نابینایەو تەمەنی لە پاندوو گەورەترەو خاوەنی سەد کوڕە وەك دوریودانا[24] و دوشاسانا[25] .

---

9 - Pandavas
10 - Vidurat
11 - Anasvan
12 - Parikshit
13 - Bhimasa
14 - Pratishravas
15 - Pratipah
16 - Shantu
17 - Vichitra virya
18 - Shudre
19 - Ambalika
20 - Ambika
21 - Vidura
22 - Pandu
23 - Dahritarashtra
24 - Duryudhana

کەواتە دەبێت پاندوو کە کوڕی تەندروست و تاقانەی پادشای کۆچکردووە ببێتە پادشا، بەڵام دەهریتاراشترا ئەمە قەبوڵ ناکات و بە فێڵ پاندوو کوڕەکانی دەکاتەدەر لە سەڵتەنەت و دەیانکاتە جەنگەڵەوە. چەند جارێك لەڕێگەی ئاشتییەوە دەیانەوێت بگەڕێنەوە بەڵام ڕێگەیان پێنادەن و دیسان تەدارەك بە کۆڵ دەیاننێرنەوە جەنگەڵی تاریك و لە ماڵ و موڵك و زێدو نیشتمانی خۆیان بێبەشیان دەکەن و تێرخواردەی چۆلەکەیەکیشیان توێشوو پێ نادەن، چەند جارێك کریشنا دەکەوێتە بەینەوەو دەیەوێت بەشێوەیەکی ئاشتیانە هەقیان بۆ بگەڕێنێتەوە بەڵام دەهریتاراشترا ڕازی نابێت تا ئەوەی شەڕ هەڵدەگیرسێت.

پاندوو کە کوڕی دەرکراوی ناو جەنگەڵە دوو ژنی هەیەو لە کۆنتی[٢٦] سێ کوڕی دەبێت بە ناوەکانی ئەرجونا و بەهیما[٢٧] و یودهیشهیرا[٢٨]. ئەرجونا ئەو کەسەیە کە گفتوگۆ لەگەڵ کریشنا دەکات پێش ئەوەی شەڕی مەیدانی کوروکشترا دەست پێبکات. بەگشتی ئەمە شەجەرەنامە و بە کورتیش هۆکاری شەڕەکەبوو کە باسمکرد. دەهریتاراشتراو سەد کوڕەکەی بە بازووی بەهێزی خۆیان دەنازن و سەروەت و ماڵی دونیا لوتی پێ بە حەوادا بردوون و بەسەر هەق و ڕاستیدا، دونیا هەڵدەبژێرن و ئامادەن لە دژی کریشناو کوڕانی پاندوو بجەنگن. لەبەرامبەریشدا کوڕانی پاندووش کریشنایان هەڵبژاردو ئەو دەکەنە مامۆستای ڕۆحی خۆیان و ئەویش لەبەرئەوەی هیچ ڕێگەیەکی تر نییە، فەرمانی شەڕیان پێدەدات.

---

[25] - Dhushasana
[26] - Kunti
[27] - Bahima
[28] - Yudhishthira

لەم شەڕەدا کریشنا هەم مامۆستاو مورشیدی ئەرجونایەو هەم گالیسکەوانی و گالیسکەکەی بەرەو مەیدانی شەڕ و لە مەیدانی شەڕدا ئاڕاستە دەکات. بەشێوەیەکی زۆر خوێناوی شەڕەکە دەکرێت و نزیکەی ١٨ ملیۆن کەس دەکوژرێت کە تیایدا یەکێك لە براکانی ئەرجونا هەن و مام و خەزور و تەنانەت مامۆستاکانی ئەرجوناش هەن.

ئەگەر سەرزارەکی ئەم چیرۆکە بخوێنینەوە سەیر دەبێت بەلامانەوە کە بۆچی کریشنا کاتێك بانگەشەی ناتوندوتیژی دەکات دەبێتە هۆکاری داگیرساندنی شەڕێك کە نزیکەی ١٨ ملیۆن کەسی تێدا دەکوژرێت و تەنانەت کار دەگاتە ڕادەیەك ئەرجونا زڕبراکەی خۆی دەکوژێت، وەڵامی ئەو مەسەلەیە لەم ڕوونکردنەوەی خوارەوەدایە کە سەرتاپا بیروڕای گیتا ئاوەژوو دەکات و ڕوون دەکاتەوە.

لەڕاستیدا بەپێی وتەی هەندێکی زۆر لە دانایان و لێکۆڵەرانی یۆگا و گیتا (کریشنا) زاتی خودایە یان دەتوانین بڵێین ڕۆحی مرۆڤە کە نوێنەری خودایە لەناوماندا و ئەرجونا موریدی ئەوە کە هێمای نەفسە و (کوروکشترا) ئەو مەیدانەیە کە هەردوو نەوەکانی (بهاراتا) یان (کورو) کە کوڕانی (دەهریتاراشترا) و کوڕانی (پاندوو)ن تیایدا دەجەنگن کە هێمای لەش و ئەندامەکانی لەشن.

ئەگەریش وردتر بچینە باسکردنی کریشنا و ئەرجونا و ئەو ناوانەی لەم داستانە فەلسەفی و ڕۆحییەدا هاتوون ئەوا بۆمان دەردەکەوێت کە بهاگاڤادگیتا باس لە مرۆڤ و شەڕەکانی ناو مرۆڤ دەکات. (ڕێنەگنون)ی نوسەرو لێکۆڵەری فەڕەنسی زۆرجوان باسی ئەم هێمائامێزییەی گیتا دەکات و دەڵێت: **"ئەرجونا ڕۆحی مرۆییەو کریشنا ڕۆحی خودایی کە هەردووکیان لە یەك گالیسکەدان کە مەبەست لە پلەکانی**

بوونە، ئەرجونا کاردەکات و شەڕدەکات و تێدەکۆشێت، کریشنا بچوکترین کارناکات و بەدەرە لەهەر کارو جوڵەیەك، کوروکشتراش مەیدانی کردارو جوڵەیە کە هەمان ئەم ژیانەیە". دەشتوانین بڵێین کوروکشترا هەمان لەشی مرۆڤە (چونکە بەپێی گیتا لەش مەعبەدی ڕۆحە)، کریشنا ڕۆحی ئەوە کە بە (پوروشا)ش[29] لە گیتادا ناوی هاتووە، ئەرجونا نەفسی مرۆڤە و ئەرکی کریشنایە وەکو مورشید و مامۆستا و گالیسکەوانی ئەو تەربیەتی بکات تا بەرەو ڕێگەی ڕاست بڕوات و بگاتە هەقیقەت. هەردوو مەیدانەکەش واتە مەیدانی (کوروەکان) و (پانداڤاکان)کە بەرامبەر یەکتر وەستاون بۆ شەڕ، مەیدانی دوانەیی و دوالیزمی نێو مرۆڤە کە بەردەوام ئەو هیلاك دەکەن و گومان و بێئومێدی و نەهامەتی لەودا دروست دەکەن. کەسایەتییەکانی ناو گیتا، ئەو کەسایەتیانەی ناو خۆمانن یان باشترە بڵێم ئەو ماسك و دەموچاوانەن کە بە درێژایی ژیان دەیانگۆڕین و خۆمانیان پێ فریو دەدەین. ڕاداکریشنان[30] لە کتێبی فەلسەفەی هیندی لاپەڕە ٥٢٠-ی جەڵدی یەکەمدا دەڵێت: **"مەیدانی جەنگی کوروکشترا هێمای ژیانی ڕۆحەو کوروەکان هێمان بۆ ئەو دوژمنانەی ڕێگە لە پێشکەوتنی ژیانی ڕۆحی دەکەن"**. کەواتە ئەو شەڕەی گیتا لەبارەیەوە دەدوێت شەڕێکی دەرەکی نییە لەسەر زەوی خاکی و لە دەوڵەتێکی وەکو بهاراتای مەزن کە هیندستانی ئێستا دەگرێتەوە ڕووی دابێت، چونکە ئەگەر دەفتەرەکانی دواتری گیتا بخوێنیتەوە لە مەلحەمەی ماهابهاراتادا ئەوا بۆت دەرئەکەوێت ئەم شەڕە شەڕێکی ناوەکییە و بەشێوەیەکی دەرەکی ئاماژەی لێکراوە تا خەڵکی بتوانن تێبگەن، گەرنا

[29] - Purusha
[30] - Radakrishnan

چۆن لەم شەڕەدا پاش ڕوودانی و تەواوبوونی نزیکەی ١٨ ملیۆن کەس دەکوژرێن، لەکاتێکدا ژمارەی دانیشتوانی ئەوکاتەی هیندستان هەژدە ملیۆن کەس نەبووە و لەمێژووشدا باسی شەڕێك بەو گەورەییە نەکراوە. هەربۆیە دەکرێت بڵێین داستانی گیتا داستانێکی ناوەکییە نەك مێژوویی.

گیتا لە (٧٠٠) سوترا(ئایەت)[31] پێکهاتووە لە دووتوێی هەژدە بەشدا کە هەریەکەیان باس لە کۆمەڵێك ڕێگە یان بابەت دەکەن کە یەك تەواوکەری یەکترن و هەمووشیان لە کۆتاییدا بەرەو یەك مەبەست دەچن کە پاکبوونەوەو گەشتنە بەو هەقیقەتەی هەمان ئازادی و ڕەهابوونە. هەربۆیە ئازادی[32] یەکەم مەبەستی گیتایە.



[31] - Sutra
[32] - Muksha

مێژووی گیتا ڕوون نییەو (لۆرینسەر)[33] پێی وایە گیتا تەنانەت دوای ئینجیلیش نوسراوە، بەلاّم ئەم ڕایە زۆر لاوازە و زۆرینەی لێکۆڵەران ڕەتی دەکەنەوە. تیلانگ و گارب[34] پێیان وایە گیتا لەنیوەی یەکەمی سەدەی دووەمی پێش زایین نوسراوەتەوە. داسگۆپتا[35] پێی وایە مێژووەکەی دەگەڕێتەوە بۆ پێش ئایینی بوداییش، چونکە هیچ ئاماژەیەك یان کاریگەرییەکی ئایینی بودایی بەسەرەوە نییەو ئەمەش مانای وایە کە میژووی بهاگاڤادگیتا کۆنترە لە ٢٥٠٠ ساڵ لەمەوبەر.[36]

دەربارەی نوسەری گیتاش مەسەلەکە زۆر ناڕوونەو هەندێك وەك هارەکریشناییەکان دەڵێن ئەم تێکستە لەلایەن ڤیاساوە[37] نوسراوەتەوە. بەلاّم لە مێژووی ئایینی هیندۆسدا بە دەیان ڤیاسا ناویان هاتووە بۆ نموونە هەر لە بنەماڵەی کوروەکاندا (شودری) و (ئامبالیکا) و (ئامبیکا) هەن کە نازناوی هەرسێکیان ڤیاسادێڤایە و هەرسێکیشیان ئافرەت بوون. هەر لە سیلسیلەی کوروەکاندا کەسایەتی تر هەبوون بەو ناوەوە، ئەوەتا (سانجایا)[38] کە گێڕەرەوەی گیتایە دەڵێت: کە بە لوتفی ڤیاسادێڤای مامۆستای توانیویەتی مەیدانی جەنگ لەدوورەوە بە چاوی ناوەکی ببینێت، چونکە سانجایا نابینا بووە. گرنگە بزانین گیتا بەشێوەی سمریتی واتە دەماودەم هاتووەو پاشان نوسراوەتەوە.

---

33 - Lorensar
34 - Garb
35 - Dasgopta

36 - بۆ شارەزابوونی زیاتر لەسەر مێژووی گیتا بڕوانە ئەم سەرچاوەیە:

ادیان و مکتبهای فلسفی هند، داریوش شایگان، انتشارات امیر کبیر، چاپ پنجم، جلد اول، ص ٢٨٦

37 - Vyasa
38 - Sanjaya

گیتا بە زمانی سانسکریتی و بەشێوەی هۆنراوە نوسراوەتەوەو یەکێکە لە تێکستە بەنرخەکان لەڕووی زمانەوانی و بەلاغە و جوان دەربڕینەوە کە خوێندنەوەی بە سانسکریتی تام و چێژی تایبەتی خۆی هەیەو لەوانەیە لە وەرگێڕانیدا بۆ هەر زمانێکی تر ئەو تامە تایبەتە لەدەست بدات.

گیتا بەدەر لەوەی پەروەردەکارێکی ڕۆحی باشە بۆ یۆگییەکان، بە قوڵی لایەنگری یۆگاو ناتوندوتیژی و پەیوەست بوون بە یاسا کەونییەکانەوە دەکات کە مایەی پارێزگاری لە بوونی ناوەکی ئارامی مرۆڤن. بۆیە ئەمڕۆ لە جیهاندا گیتا وەکو دەقێکی ناتوندوتیژ و دەقێکی پێویست بۆ سەردەمی تەکنەلۆژیا ئاماژەی پێدەکرێت.

هەندێ لە هیندییەکان دەڵێن گیتا وەکو وەحی (شروتی)[٣٩] ڕاستەوخۆ لە خوداوە دابەزیوەتە سەر ئەو ڕیشی و پیاوە ئایینیانەی کە لە خودا نزیکبوون، نموونەی ئەوانیش کریشنا ئیلاهییەکانن کە پێیانوایە کریشنا ئاڤەتاری[٤٠] خودایە لەسەر زەوی.

هەندێکی تر دەڵێن ڕاستەوخۆ ئەم وتانە لە دەمی کریشنا هاتۆتە دەرو گەشتووە بە ئێمە، وە هەندێکیش دەڵێن گیتا ئەزموونی قوڵی ئەو یۆگی و پیاوە پیرۆزانەیە کە بە درێژایی مێژوو تاقییانکردۆتەوەو بۆ ئێمەیان نوسیوەتەوە.

بەهەرحاڵ گیتا بەهەرجۆرێك نوسرابێتەوە لە کۆتاییدا دەقێکی یەکجار بەنرخە، چونکە بە خوێندنەوەی گیتا هەست بەوە دەکەیت کە تا چەند لەگەڵ ڕۆحت دەدوێت و تا چەند هەست بەئازارەکانی تۆ دەکات و چارەسەریان بۆ دەدۆزێتەوە.

---

[39] - Shruti
[40] - Avatar

کورتەیەك لەسەر فەلسەفەی گیتا

هێنری دێڤید تۆرۆ[41] لەبارەی فەلسەفەی گیتاوە دەڵێت: **"من هەموو بەیانییەك شعورو دەرکی خۆم دەشۆم لەنێو فەلسەفەی سەرسوڕهێنەری دروستبوون کە لە گیتادا باسیکراوە، هەزاران ساڵ لە نوسینی ئەم تێکستە تێدەپەڕێت کەچی لەبەرامبەریدا دونیای نوێی ئێمە چەندە لاوازو بێهێزو بێنرخ دێتە بەرچاو"**.

زۆر ڕاستە خوێندنەوەی گیتا سەرلەنوێ شۆردنی بیرەو پاککردنەوەیەتی لەو وەهمەی مرۆڤ کە بە سەدان و هەزاران ساڵە لەخۆیەوە ئالاندووەو وەك کالایەکی جوانی لێهاتووە کە نایەوێت دەستبەرداری بێت، هەر ئەمەبوو کە چاپکردنی گیتا لە کوردستان چەند جارێك دووچاری شکست بوو، چونکە شتنەوەی بیر کارێکی ئاسان نییە. گیتا لەگەڵ ئەوەدا کە تێکستێکی ئایینییە بەڵام لە ناوەڕۆکیدا پەیامێکی فەلسەفی قوڵ و بە دەیان تیۆری گرنگی خاکی هیند و تەنانەت شارستانییەتی سندی لێکداوەو بەرەو یەك خاڵ ئاراستەی کردووە کە ئەویش گەیشتنە بە خودی هەقیقەت. ئەپستمۆلۆژیای گیتا بە قوڵی دەچێتە نێو شیکردنەوەی ڕەگەزە بالاو

---

[41] - Henri David toro

نزمەکانی مەعریفە و شیتەڵی ئەو هۆکارانە دەکات کە ئەم مەعریفە (ئاسمانی-مرۆیی)یە ئاسان یان ئاڵۆز ئەکات.

گرنگترین خاڵی شایەنی ئاماژە ئەوەیە کە مانای قوڵی فەلسەفە لێرەدا بەرچاو دەکەوێت بەوەی حەزێکی زۆر قوڵ دەبینیت بۆ گەیشتن بە مەعریفە و هەقیقەت کە لەڕێگەی پرسیارو وەڵامەوە سەرەنجامەکەی دەبینین و پرسیارو وەڵامەکانیش تا ڕادەیەکی زۆر ئەقڵی و زهنین. هەربۆیە ئەقڵ ڕەت نەکراوەتەوەو بەقەدەر حەجمی خۆی سودی لێوەرگیراوە، بەڵام بەقەد حەجمی خۆی نەك زیاتر. لێرەوەیە کە گیتا فەلسەفەش تێپەڕ دەکات بۆ جیهانی کراوەتری عیرفان.

سەرەتا نەك هەر کریشنا بۆ تێگەیاندنی ئەرجونا سود لە ئەقڵ و نموونە ئەقڵییەکان دەبینێ بەڵکو هەوڵی فراوانکردنی ئەقڵی ئەو دەدات لەڕێگەی ئەو ئەزموونە ڕۆحیانەوە کە دەیخاتە بەردەمی. ئەزموون و فەلسەفەی سانکهیای بۆ شی دەکاتەوە کە لەبارەی ئۆنتۆلۆژییەوە دەدوێت و باس لە دروستبوون دەکات و پەیوەندی ڕۆح و لەش ڕوون دەکاتەوەو پێناسەی شعورو ئەقڵ و نەفس و ئەندامەکانی زانین و کاردەکات و ئەرکی هەریەکەیان دیاری دەکات و ڕاهێنانگەلی تایبەت دەدات بۆ ئارامکردنەوەو بەهێزکردنی ئەو ئەندام و جەواریحانە.

بهاگاڤادگیتا هەرسێ فەلسەفەی یۆگاو[42] سانکهیاو[43] ئەدڤایتا[44] لێکدەدات کە یەکەمیان تەریقەتی باتنی و ناوەکی ڕۆحانییەو زیاتر وەك ڕێگەیەکی عیرفانی عیلمی ناوزەدکراوە، دووەمیان کە سانکهیایە تیۆرێکی زانستییە، بوون شیتەڵ دەکات و پارچە پارچە بەرەو یەکبوونمان دەبات، سێهەمیش کە جیهانی فراوان و

---

[42] - Yoga
[43] - Sankhya
[44] - Advaita

ئالۆزی ئەدڤایتایە جیهانی بوونمان بەهەموو شتەکانەوە بە (مایا) [٤٥] واتە وەهم پێ نیشان دەدات و بوونمان وەك بەشێکی دانەبڕاو لە خودا بۆ پێناسە دەکات. بهاگاڤادگیتا ئەم سێ ڕێگەیەی یەك خستووە کە مەگەر هەر لە توانای کریشنا وەها کارێك بوەشێتەوە. چونکە بەڕاستی چاونەترسی و دانایی دەوێت، لەلایەك بە ئەلف بلێی ئەلف (سانکیا) و لەلایەك پێی بلێی وەهمی ئەلف (ئەدڤایتا)و لەلایەکیش وەهمی ئەلف شیبکەیتەوە (یۆگا).

هەروەکو (ویل دیورانت) لە (مێژووی شارستانییەت)دا دەڵێت: **"ژمارەی مامۆستایانی فەلسەفە لە هیندستان بە ئەندازەی بازرگانانی بابل زۆر بوون، هەرگیز هیچ ولاتێکی تر بەو شێوەیە قوتابخانەی فکری تێدا نەبووە"**، [٤٦] هیندستان سەرچاوەی فەلسەفە بووەو ئەگەر سەرچاوەش نەبووبێ ئەوا فەلسەفە لەوێ گەشەیەکی بەرچاوی بەخۆیەوە دیوە، گیتاش پشکی لە پێشکەوتنی فەلسەفە بەردەکەوێت، چونکە نەك هەرچەند مەکتەبێکی گەورەی فەلسەفی پێکەوە گرێ دەدات بەڵکو مەکتەبی تازەی (بهاگاڤاتا) پێشدەخات و پێکدێنێت و سەرەڕای ئەوەش واژەگەلی تایبەت لە واژەی فەلسەفی سانسکرێتی دەخاتەڕوو، لەم بارەیەشەوە کۆنت کایسەر لینگ دەڵێت: " **ئەم نەتەوەیە کە گەشتوون بە بالاترین پلەی فەلسەفە زیاتر لە هەموو زمانەکانی یۆنانی و لاتینی و ئەڵمانی بۆ بیرە**

---

[45] - Maya

[46] - تاریخ تمدن مشرق زمین
تالیف: ویل دورانت
ترجمە: احمد ارام، ع پاشائی، امیر حسین اریان پور.
چاپ دوم- جلد اول.
ڤیراستاران: احمد ارام، محمود مصاحب، امیر حسین اریان پور. لاپەڕە ٦٠٥

فەلسەفی و دینییەکان واژەی سانسکرێتیان هەیە".[47] ئەگەر بشوترێت گیتا کتێبێکی ئایینییەو پەیوەندی بە بیری فەلسەفییەوە نییە ئەوا بەسە وتەیەکی کریشنا بێنینەوە کە دەڵێ: **"کەواتە بە خەنجەری مەعریفەت ڕەگی گومان کە دروستکەری نەزانییە لە دڵ دەربێنە و هەستە یۆگا بکە ئەی بهاراتا"**، ئەم وتەیە بەوپەڕی جوانییەوە باس لە زاڵبوونی مەعریفە دەکات تەنانەت بەسەر شێوازەکانی تری عیبادەتدا. بهاگاڤادگیتا زانین بە عیبادەت لە قەڵەم دەدات نەك تەنها بە شتێکی پێویست یان چالاکییەکی ئەقڵی.

هەندێ لە لێکۆڵەرەوان دەڵێن بهاگاڤادگیتا سەر بە مەکتەبێکی فەلسەفییە بەناوی مەکتەبی یان ئایینی، کە باشترە بڵێین تەریقەتی (بهاڤاگاتا) کە سەرەتای دروستبوونی بەپێی بۆچوونی (گارب)ی ڕۆژهەلاتناسی ئەڵمانی دەگەڕێتەوە بۆ نزیکەی ٣٠٠ ساڵ پێش لەدایکبوونی مەسیح. ئایینی بهاڤاگاتا ئایینی خۆشەویستی و یەکسانی و بڕوابوونە بە خودا لەسەر شێوەی مرۆڤ کە کریشنا بە یەکێك لە دەرکەوتە (ئاڤەتار)کانی دەزانن.

یەکێتی بوون دیارترین بیروڕای گیتاییە کە پێکدێت لە نیشاندانی بوون وەك دیاردەیەکی یەکتا و پەیوەست پێکەوە، پاشان پیشاندانی بوون و تەنانەت نەبوون وەك بەشێك لە دەرکەوتەی خوداو پەیوەست بە خوداوە کە بێ خودا ناتوانێت هەبێت، ئەمەش وا دەکات بڵێت من و تۆ و سروشت و خودا و بوون و نەبوون یەکین و هیچ لە هیچ جیانییە.

---

[47] - هەڵبەت هەیە ئەو بڕوایەی کە پێی وایە لەهیندستان فەلسەفە بوونی نەبووەو تەنها ئایین بوونی هەیە، بەلاّم ئەبێت ئەوە بزانین کە هەروەکو ویل دیورانت ئەڵێت:"Darshan لە ریشەی Drish ەوە هاتووە کە بەمانای (بینین) دێت و هیندیەکان لەبری وشەی فەلسەفە بەکاریان هێناوە" کەواتە وشەی فەلسەفە لە سانسکرێتیدا دەبێتە دارشان. بڕوانە هەمان سەرچاوەی پێشوو لاپەڕە ٦٠٦



کریشنا بە شمشاڵی ئەزلییەوە کە مانای بەگەڕخستنی جیهانە لەڕێگەی لەرینەوەو دەنگەوە

بە لێوەکانی کریشنا کە هێمان بۆ چاك و خراپ یان ڕەش و سپی و تاریك و ڕوون

خودا

هەرچەند لە کتێبی (خاچ و گەیشتن بە خودا لە فەلسەفەی یۆگادا) باسی ئەم مەسەلەیەم کردووە، بەڵام بۆ کارئاسانی خوێنەر بەکورتی لەم مەسەلەیە دەدوێمەوە.

لە کلتورو فەلسەفە و ئایینی ڤیدادا کە گیتا بەشێکە لەو کلتورە فەلسەفییە، چەند ناوێك لە ناوەکانی خواوەند هاتووە، گرنگترینیان (پاڕاماتمانە)[٤٨] و ناوێکی گشتگیرەو بەمانای ڕۆحی گەورە دێت. پاشان ناوی بڕەهما[٤٩] دێت کە مانای دروستکار دەگەیەنێتو لەقورئاندا بە (خالق) هاتووە. (هیرانیاگاربا — Hiranyagarba) ناوێکی دیکەی پاڕاماتمانە کە کاتی دروستکردنی بوونو هێلکەی زێڕین ئەم ناوەی بۆ بەکاردەبرێت. (پراجاپاتی- Prajapati) ئەوکاتە بۆ خواوەند بەکاردێت کە دەبێتە سەرچاوەی هەمووشتەکان. (ڤیشنو- Vishnu) ناوێکی دیکەی

48 - Paramatman
49 - Brahma

خوایەو لەکاتێکدا بۆی بەکاردەبرێت کە خواوەند خەریکی دروستکردنی فۆرمی زەوییەو دەیپارێزێت و ئەوکاتەش بۆی بەکاردێت کە یاساکەونییەکان دەپارێزێت، ڤیشنۆ چەند جارێك ژیان و یاساکان و مرۆڤ دەپارێزێت لەڕێگەی چەند دەرکەوتنێکییەوە کە یەکێك لەو دەرکەوتنانەی ئەو کریشنایە.

(ڤیشڤاکارما- **Vishva Karma**) لەکاتێکدا بە خودا دەوترێت کە خەریکی بەدیهێنانی فریشتەکان و سروشتەکانیانە وەك فۆرمو شێوە، هەر بۆیە بە مانای ئەندازیاری فریشتەکان دێت.

خوا کاتێك وەك دایکی ڕەگەزە سروشتییەکان دادەنرێت بە (ئەدیتی **Adity**). (ڤیشڤادێڤاس- **Vishva devas**)یش ناوێکە بۆ کۆی تایبەتمەندییەکانی خواوەند دادەنرێت.

کەواتە کاتێك وشەکانی (پاڕاتمان، برەهمان، ڤیشنۆ، هیرانیاگاربا، پڕاجاپاتی، ڤیشڤاکارما، ئەدیتی، ڤیشڤادێڤاس) بەرچاوت دەکەون خێرا دەبێت لەوە بگەیت کە هەر وشەیەك لەوانە تایبەتمەندی تایبەتی خوای لەخۆیدا هەڵگرتووەو مەبەست لێی خوای تاقانەو یەکتایە.

پاشان لە ڤیداداو بەتایبەت سەمهیتای ڕیگ ڤیدا، چەند ناوێکی دیکەی وەکو (ئیندراو، ڤارونا، پارجانیا، ئاگنی، ساراسڤاتی، ئیلا)ت بەرچاو دەکەوێت کە پێیان دەوترێت خواوەند، چونکە بەشێکن لە فۆرمەکانی دەرکەوتەی دەسەڵاتی خواو بە پەیامهێنی ئەو دەدرێن لە قەڵەم کە ئەگەر بیانکەینە زاراوەی ئیسلامی ئەوا دەبنە فریشتە.

(ڤایو — **Vayu**) ناوی فریشتەی (با)یە. ڤایو لەلایەن پاڕاماتمانەوە دروستکراوەو بە پەیامهێنی با یاخود فریشتەی با ناوی دەبرێت وەك چۆن (اسرافیل) لە ئیسلامدا فرمانی بە گەڕخستنی باو بارانی هەیە.

(ئیندرا- **Indra**) لە ڤیداکاندا فریشتەی بروسکەیە واتە ڕەگەزی هەورە بروسکە پێی دەوترێت ئیندراو خودی هەورە بروسکەکەش بە (ڤاجرا - **Vajra**) ناودەبرێت. ئەم فریشتەیە کە پەیامهێنی هەورەبروسکەیە زۆر بەڕێزە لە ڤیدادا چونکە مانای باران بارینەو باران بارینیش مانای کشتوکاڵ و بە پیتی بەرهەمی کشتوکاڵ و هیندستانیش لە پێشەوەی ئەو وڵاتە کشتوکاڵیانەیە، کە پێویستی زۆری بە بارانە. (ڤارونا- **Varuna**) خواوەندی ئاسمانەو وەك بینەرێك هەمیشە بەسەر کردەوەکانەوە ئاگادارە. ئاشڤینییەکان (**Ashvinis**) ئەو دوو خواوەندەن کە بەرپرسن لە هەڵاتنی خۆری بەیانیانو لە سپێدەدا ئاسمان ڕووناك. (ڕوودرا — **Rudra**) خواوەندی گەردەلولە. (ئوشا- **Usha**) خوای بەرەبەیانە. (سوریا- **Surya**)ی خواوەندی خۆرە. (ساڤیتا- **Savita**) دەرکەوتەی سوریایە لە شێوەی دروستکەردا. (پارجانیا- **Parjanya**) لە یەکێك لە سوکتاکانی ڕیگ ڤیدادا بە خوای گێژەڵووکەو باران ناوزەد کراوە. پارجانیا وا دەکات زەوی بە پیت ببێتو (پریتیڤی — **Prithivi**)ی خوای زەوی تێرئاو ببێت. پوشا (**Pusha**) فۆرمێکی تری سوریای خوای خۆرە.

بەگشتی ئەمانە ئەو خوداوەندانەن کە هەندێکیان ناوی فریشتەکانن و هەندێکیان ناوی ئەو دیاردە سروشتیانەن کە لە سەردەمی کۆنی ڤیداییدا ستایش کراون و دابەش دەبنە سەر سێ شێوە کە خوداکانی ئاسمان و زەوی و نێوانی ئەوانن. هەروەها هەندێکی تر لە ناوەکان ناوەکانی خوداو سیفاتەکانی ئەون وەکو بڕەهمەن و پاڕاماتمان و پوڕوشا و هتد... بەڵام هەقیقەتی نێو ڤیداکان و نێو گیتا ئەوەیە کە خودا گەلێ ناوی هەیە، هەروەکو چۆن بە خوێندنەوەی گیتا بۆت دەردەکەوێت کە کریشنا دەڵێت:" **زیکرو ئەوراد منم، قوربانی منم، ئەو چاکانەی بۆ چاکەکاران دەکرێن منم، گیا و ڕۆن و مانتراو ئاگرو هەرچی دەکرێتە ناو ئاگر منم. باوکی ئەم جیهانە و دایکی و باوەگەورەی و پارێزەری منم، پاککەرەوەی هەموو شتێك منم،**

تەنها شتێك كە دەبێت بزانرێت منم. وشەی ئۆم منم، ڕیگ و ساماو یاجور منم. مەبەست منم، بەرپاكار و پەروەردگار منم، گەواهو قەرارگاهو یار منم، بنچینەی بوون و لەناوچوون، سەرچاوەو تۆوی زیندووی ئەو منم." .

خودا لە گیتادا خاوەنی گەلێ سیفەتە كە دیارترینیان ئەوەیە كە خـودا ڕۆحێكـی ڕووناكە، ئەو شێوەی نییە، دەتوانێ لەهەموو شێوەیەكدا خۆی دەربخات كە بیـەوێت، ئەو بـێ سـنورو ڕەهـا و تاقانـە و خـاوەن توانـای ڕەهایـە. بیـسەرو بینـەرو گـەواهو نەگۆڕاوە. لە گیتادا خوا بـە (كریـشنا) بـانگكراوەو هەنـدێك تایبەتمەنـدی ئـەویش لەرێگەی چەند ناوێكەوە خراوەتـەڕوو. یـەكێك لـەو ناوانـە كـە بـەمانای لێپرسـراوو گەورەی هەستەكان دێت (هریشی كیـشۆ- hrisikeso)یـەو لـە فەصـلی (١) ئایـەتی (١٥)دا ئامــاژەی پێكــراوە. (ئەكـسیوتە — Accyuta) نازنـاوێكی تـری خواوەنـد كریـشنایەو بـەمانای پـاك لـە گونـاح دێـتو لـە فەسـڵی یەكـدا ئامـاژەی پێكـراوە. (كیشاڤا- Keshava)ش بەمانای كوژەری كیشی (Keshi) دێت كە شەیتانێك بـووەو خواوەند لەناوی بردووە تا مرۆڤەكان دووچاری گومڕاكردن نەكات. لە ئایـەتی (٣٢-٣٥)ی فەسڵی (١)دا كریشنا لەلایەن ئەرجوناوە بە "گۆڤینـدا- govinda" نـاوبراوە كە بـە شـتێك دەوترێـت هۆكـاری تـەواوی لەزەتـە هەسـتەكییەكانی لا ڕوونـەو ئـەو كەسەش تەنها كریشنایە. (جانارد‌ەنە- Janardana)ش نازناوێكی تـری كریـشنایەو مادهووسودانا (Madhusudanah)ش نازناوێكی دیكەیـە. مادهووسـودانا بـەمانای كوژەری مادهوو دێت، مادهوو لە ئەفسانەی كۆنی هیندیدا بەو دێـوە دادەنرێـت كـە بیروباوەڕی خراپ دەخاتە مێشكی مرۆڤەوەو كریشناش بە كـوژەری بـیرو ئیـدراكاتی خراپ بانگی دەكرێت لە بهاگاڤادگیتادا.

(ڤیشنۆ) و (برەهمەن) بۆ بانگکردنی کریشنا بەکاردەبرێن‌و لە بیری هیندۆسی‌و بەتایبەتی لای کریشناییەکان، کریشنا هەشتەم بەرجەستەبوونی خواوەند ڤیشنۆیە لەسەر زەوی.

لە گیتادا بە دووجۆر خودا دەپەرسترێت، بێ ناوو سیفەت، بەناوو سیفەتەوە، واتە بێ وێنەو بە وێنەوە کە دووەمیان لە ئیسلامدا تا ڕادەیەك ناپەسەندە، هەرچەند لە قورئاندا سەرەداوی زۆر هەیە بۆ ئەو مەسەلەیەش. بەڵام هەردوو شێوازەکە لە گیتادا پەسەندە لەبەرئەوەی گیتا پێی وایە زەحمەتە تۆ خوایەك بپەرستیت کە مێشکت نەزانێ چۆن بانگی بکات و ئەمە بیر پەرت و بڵاوو شێواو دەکات. هەربۆیە کاتێك خودا ناوو سیفەتی هەبوو ئەوا دەشێ وێنەشی هەبێت. کریشنا یەکێکە لەو وێنانەی خودا. بەڵام زۆر گرنگە بزانین مرۆڤەکان سەرەتا بەناوو شێوە پاشان بێ ناوو شێوە دەگەن بە خودا. سەرەنجامیش کەماڵ دۆزینەوەی شێوەی بێ شێوەی خودایە. ئەگەر سەرەتا ئەرجونا لەبەرامبەر کریشنای میهرەبان و ئەسمەر و باڵابەرز و شان پان و ناسك و نازداردا کە جوانترین کەسی ناوچەکەیە کڕنوش دەبات لەپاشاندا کڕنوش بۆ وێنەی بێ وێنەی ئەو دەبات و ئەم خاڵەش ئاماژەیە بۆ سەرکەوتنی ئەرجونا بە مەقامەکانی لاهوتدا لە خودای نێو جیهانی ماددییەوە بۆ خودای تەنها و پاك لە وێنە و ناوو تایبەتمەندی.

ئاڤەتار

"ئاڤەتار دەرکەوتنی خودایە لە ڕووخساری ئەتۆمدا
لەکاتێکدا لە کەسی تردا بەو شێوەیە دەرنەکەوتبێت"
محەمەد داراشکۆ- مجمع البحرین

لە کتێبی زانست و فەلسەفە ڤیداییەکان بە دووروردرێژی باسی ئەم مەسەلەیەم کردووە بۆیە پێویست ناکات بچمەوە سەری، بەلاّم ئەوەندە دەلّێم کە خودا کاتێك دێتە نێو جیهانی ناوو شێوە ئەوا پێی دەوترێت ئاڤەتار، ئاڤەتار زاتێکە لە جەوهەرەوە بەرەو عالەمی مەحسوسات و هەستەکان کە مەهام و کاری ڕزگارکردنی بوونەوەرە نەك شتێکی تر. کریشنا هەشتەم ئاڤەتاری ڤیشنۆیە و هاتۆتەوە یۆگا لە تیاچوون ڕزگار بکات تا مرۆڤ ڕێگەیەکی هەبێت بۆ گەیشتن بە هەقیقەت، یۆگاش تەنها ئەو شێوازە ڕاهێنانە نییە کە ئەمڕۆ پێی بەناوبانگە لە ئەوروپا و ئەمریکا، بەلّکو گوشراوی لاهوتی ڕۆحانی و هونەری گەیشتنە بە هەقیقەت.

گرنگ نییه بڵێم بڕوام به بوونی دەرەكی ئاڤەتار هەیه یان نا، بەڵام ئەبێت ئەوە بزانین كه ئەگەر ئاڤەتار بوونێكی مێژوویی و واقعیشی نەبێت ئەوا بوونێكی مەعنەوی هەیەو كریشنا یەكێكه لەو بوونه مەعریفی و مەعنەویانەی كه ڕۆحی ئێمه له كۆت بوون و كەوتنه داوی سنور ڕزگار دەكات.



دەرخستنی دەركەوتەكانی خودا لەلایەن خوداوە

ڕۆح

خودی گیتا باسی ڕۆح ناکات کە لە چی و چۆن دروست بووەو لەبارەیەوە گەلێك بە ڕەمزو ڕاز قسە دەکات، بەلاّم هەندێ سیفەتی سەرەتایی و گرنگی ڕۆح پێناسە دەکات وەك بینەرو وزەبەخش و جولێنەرو گەواهو هەموو شوێنێك بوو و نەمرو پارچەپارچە نەکراوو فراوان و بێ سنورە. ئەم سیفەتانە دەتوانن ببنە هەوێنی لێکۆلێنەوەیەکی گەورەی ڕۆحی و لاهوتی کە ئێمە نامانەوێت لێرەدا قسەی لەسەر بکەین، تەنها بە پێویستی دەزانم بلێم ڕۆح لە گیتادا سەرچاوەیەو ئامادەو هەمەگیرە کە ئەم سێ تایبەتمەندییە وا دەکەن ڕۆح بە کۆنتر و بنچینەی مادەش بژمێردرێت. ئەوەش بزانین کە پێناسەکانی ڕۆح لە گیتادا نەفی ئەوە دەکەن کە هەرکەس هەستێت و بلێت من خوام، ئەگەر عیسا خودابێت منیش خودام، ئەگەر موحەمەد خودابێت منیش خودام، ئەگەر کریشنا خودابێت منیش خودام، چونکە خودی کریشنا دەلێت من بە یەکسانی لەهەموو جێیەك هەم. ڕۆح هەمەگیرە واتە لەهەموو شوێنێك هەیەو خوداش ڕۆحە، بەلاّم ناتوانین بلێین کەس خودایە چونکە خودا دابەش نابێتە سەر کەس، من پێم وابێت ئەمە یەکتاپەرسترین بیروباوەڕە کە لەپاش سروشت پەرستی سەردەمی یەکەمی ڕیگ ڤیدا پەیدابووە.

خاڵێکی زۆر گرنگ کە گیتا وەك نهێنییەك ئاماژەی پێ دەدات و بەلاّم لە هیچکام لە ئایینە ئاسمانییەکاندا بەڕوونی باسی نەکراوە مەسەلەی مردن و ژیانە. ژیان واتە یەکبوونی پوروشا و پڕاکریتی لە خاڵێکدا، لەکاتێکدا ئەوان هەمیشە یەکگرتوون. ژیان لەو خاڵەوە دەست پێدەکات کە ڕۆح و سروشت ویستیان لەسەر خەتێك کۆدەبێتەوەو دەگونجێت کە شتێکی جولاّو پێکبێنن، ڕۆح بێ سروشت ناجولێت و سروشت بێ ڕۆح هەروەها. مردنیش جیابوونەوەی لەش نییە لە ڕۆح یان ڕۆح لە لەش، چونکە ڕۆح لەهەموو شوێنێکە، بەڵکو مردن نەمانی حەزی یەکبوونە لەنێوان گەرد و زەڕڕەکانی ماددەی سروشت و ڕۆحداو بەمەش مەبەستی ژیان کۆتایی دێت، ئەوەی کە دەردەچێت بۆ لای خودا یان بۆ شوێنێکی تر هەمان هۆش و بیری مرۆڤە کە لەگەڵ گەردەکانی سروشت (بەلاّم نەك سروشتی ماددی) تێکەڵ بە گەردوون دەبێتەوە. گەڕانەوەی دووبارەش کە لەدایکبوونەوەی پێ دەڵێن هەمان هاتنەوەی ئەو مەودا وزەییەیە کە گەردەکان بەهۆی یەکبوونی ویستی سروشت و ڕۆحەوە پێشتر دروستیان کردبوو، دیسان لە یەکبوونێکی تری ڕۆح و سروشتدا دێنەوەو دەکەونەکار، بەمەش کارماکانی یەکبوونی پێشتر دێننەوە، لەڕاستیدا ویستی ئەمجارەی ڕۆح و سروشت تەنها بۆ درێژەدانە بە پێگەیشتنی ئەو وزەو زەڕڕانەی هۆشێکی تایبەتیان پێکهێنابوو بۆ گەیشتن بەوپەڕی کەماڵ.

هەروەکو چۆن هەندێ لە فەیلەسوفانی یۆنان و هەندێ لە عارفانی ئیسلام بەتایبەت مەولانای ڕۆمی و شێخی ئیشراق دەڵێن خۆشەویستی هەقیقەت بۆ خودی خۆی وا دەکات ئەم گەردانە لە ئەزەلەوە بکەونەکارو پاشان خۆشەویستی ئەم

گەردانە بۆ هەقیقەت وا دەکەن ژیان درێژە بکێشێت کە مانای ڕۆشتنە بەرەو کەماڵ. واتە خۆشەویستی (بهاکتی) ڕێگەیەکە بۆ کەماڵ و گەیشتنەوە بە هەقیقەت. ئەم خۆشەویستییەش بیّ کارکردن بۆ مەحبوب هیچ ئەرزشێکی نییە، کارکردنێك کە چاوەڕێی تەنانەت گەشتنەوە نەبیت بە مەحبوب، ئەم جۆرە کردارەش پێی دەوترێت کارمایۆگا واتە کارکردن بیّ چاوەڕێی پاداشت، چونکە گیتا پێی وایە خودی ڕۆح پاداشتی خۆیەتی، خودی گەشەکردن بەرەو کامڵ بوون پاداشتە. کەوابوو یۆگی تەنها چاو بخاتە سەر هەق و بیّ ئەو چاوی لە کەسی ترو هیچی تر نەبێت و ئەم ڕێگەیەش بە سانیاسا بەناوبانگە کە گیتا بە وردی باسی دەکات، سانیاسا ڕێگەیەکی زۆر خێراو قورسە خێرایی دەداتە کامڵ بوونی ڕۆح بەرەو خۆی.

سیّ ڕێگە هەیە بۆ پاکبوونەوەی ڕۆح لە کارما (کارو کاردانەوەی کار لەسەر لەش و نەفسی مرۆڤ)، یەکەم کارمایۆگا کە ڕێگەی خزمەتکردنی بوونەوەرە بیّ چاوبڕینە پاداشت و تەنها لەبەر خودا، دووەم بهاکتی یۆگا کە ڕێگەی خۆشویستنی خودایە بەهەموو بوونەوەو کارکردنە بۆ ڕازی کردنی ئەو و پەرستنی ئەوە لەڕێگەی مانترا و سرودە ئیلاهییەکانەوە، سێهەمیش گیانایۆگا کە یۆگای مەعریفە و زانینە وە نەفی کردنی خودی مرۆڤە لەلایەن مرۆڤەوە و بەئاگابوونە بە من و منێتی و فێڵەکانی ئیگۆ[50].

[50] - لە کتێبی خاچ و گەیشتن بەخواوەند لەفەلسەفەی یۆگا، زانست و فەلسەفە ڤیداییەکان، بەدوورودرێژی باسی ئەم سیّ ڕێگەیەی یۆگای ناو گیتام کردووە.

یۆگا

لای زۆرینەی خەڵك گیتا وەك کتێبی پیرۆزی یۆگییەکان تەماشا دەکرێت لەبەرئەوەی هەموو ئەوەی بۆ سلوکی یۆگی پێویستە لە گیتادا باسکراوە، لەوانە چۆنێتی بڕواو چۆنێتی ڕاهێنانی ڕۆحی و سلوکی خواردن و کارکردن و زۆر شتی تر. یۆگا ئەو ڕێگە و تەریقەتە ناوەکییەیە کە هەزاران ساڵ لەمەوبەر لە هیندستان و ئێرانی کۆن پراکتیزە کراوە. بەڵام وەك کریشنا خۆی دەڵێت: وردە وردە بیرچوویەوە، بیرچوونەوەی یۆگا واتە نامۆبوونی مرۆڤ لە خۆی، چونکە یۆگا واتە یەکبوون و ئەو کاتەش مرۆڤ یەکبوونی خۆیی و خودای بیردەچێتەوە، هەم لە خودا و هەم لە خۆی نامۆ دەبێت، مرۆڤ خۆی هیچ نییە جگە لە دەرکەوتەی خودا لەسەر زەوی و جێنشینی ئەو. کاتێك مرۆڤ بیری دەچێتەوە مەبەست چییە لە ژیانی ئەوو ئەو بۆچی دەژی، ئەو کات کریشنا واتە دەرکەوتەی ڕۆحی ئیلاهی دێتەوە ناو خەڵك و دەست دەکاتەوە بە دووبارە بیرخستنەوەی ڕێنماییەکان بەوانەی بێئاگا بوون لێی. چەند جارێك ڤیشنۆ کە پارێزگاری لە هاوسەنگی بوونەوەر دەکات و دەیپارێزێت بەمەبەستی ڕاگرتنی هاوسەنگی و بیرخستنەوەی هەقیقەتی یەکبوونی بوون و خودا، هاتۆتەوە سەر زەوی و هەشتەم هاتنەوەی ئەو پێی وتراوە کریشنا. کەواتە کریشنا ئەو کەسەیە کە هاتۆتەوە لەڕێگەی یۆگاوە نامۆبوونی مرۆڤ لەبەین بەرێت و هاوسەنگی مرۆڤ و بوون لەو ڕێگەیەوە ڕاگرێت.

١. کریشنا بە یۆگا دەڵێت (ڕازێکی گەورە)، ڕازێك کە تەنها بۆ ئەو کەسانە ئاشکرادەبێت کە ڕاستگۆیانە شوێن دەنگی ناوەکی خۆیان دەکەون و کاردەکەن بۆ ڕزگاربوون لەو شتانەی ئەویان بێئاگا و نامۆ کردووە. هەربۆیە کریشنا لە پێناسەیەکی تری یۆگا دەڵێت: (یۆگا هونەری کارکردنە). چونکە یۆگا کارکردنە بێ چاوەڕێی پاداشت، چاوەڕێی پاداشت لە کێ دەکەیت لەکاتێکدا هەر خودا هەیەو هەموو شتەکان ئەو دەیکات و بەڕێوەی دەبات. چاوەڕێی چی دەکەیت لەکاتێکدا کارکەر و کراو و بۆ کراو هەر خودا خۆیەتی. کریشنا دەڵێت: " ئەوەی کردارەکانی ئازادبکات لە پەیوەستبوون، وە هەرچی بکات بیداتە پاڵ خودا، ئەوا لە لەناوچوون دەپارێزرێت و وەکو گەلای نیلوفەر کە لە خەتەری ئاو بەدوورە".

کریشنا یۆگا بە گەڕانەوە بۆ زانینی ناوەکی و ڕۆحانی ناو دەبات، زانینێك کە من و تۆیی نەمێنێت و تیایدا زانەر و زانین و زانراو ببنە یەك و ئەم ڕێگەیەش بە گیانا یۆگا ناودەبات لەکاتێکدا ڕێگەی یەکەمی بە کارما یۆگا ناو دەبرد.

کارما یۆگا و گیانایۆگا بۆ کەسێك دەستگیر نابێت کە خودای خۆشنەوێت، یان لانی کەم بەشوێن کەماڵەوە نەبێت. ئەوەی خودا هەموو شتێکە بۆی ئەوە بهاکتی یۆگییە، واتە خۆشەویست و دۆستی خودایە. ئەو ئەوەندە تەرکیز دەخاتە سەر خودا کە خودی خۆی نامێنێت و بەمەش دەگاتە خودا.

کەواتە ئامانجی کارمایۆگا و بهاکتی یۆگا و گیانایۆگا هەمان شتە، گەڕانەوە بۆ خودی ڕاستەقینە، گەڕانە بۆ خودا. پشت کردنە نامۆبوون و ڕووناکبوونەوەی تەواو. ئەمە پەیامی یۆگایە، ئەمە پەیامی گیتایە.

"کریشنا، من نە سەرکەوتنم ئەوێ و نە موڵکو نە شادومانی،
لە کوشتنی کەسەکانی خۆم چ خێرێکم دەست ئەکەوێت؟"

ئەرجونا

بهاگاڤاد گیتا

فەسڵی یەکەم:
بێئومێد بوونی ئەرجونا[٥١]

١. دەهریتاراشترا[٥٢] وتی:

ئەی سانجایا[٥٣] پێم بڵێ کوڕانی من و کوڕانی پاندوو[٥٤] کە بەمەبەستی جەنگ لە زەوی پیرۆزی کوروکشترا کۆبوونەوە چییان کرد؟

٢. سانجایا وتی:

[51] - یۆگییەکان دەڵێن ژیان وەکو بهاگاڤادگیتا وایە، ئەگەر لە پەرت پەرت بوون بێئومێد نەبیت کەماڵ نادۆزیتەوە، ئەگەر لە مادە بێئومێد نەبیت ڕۆح نادۆزیتەوە، ئەگەریش لە خۆشییە بچوکەکان بێئومێد نەبیت خۆشی هەتاهەتایی نادۆزیتەوە.

[52] - دەهریتاراشترا مامی ئەرجونا و باوکی کوروەکانە، دەوترێت کە خاوەنی سەد کوڕ بووە. دەهریتاراشترا کوێرە و سانجایا وەسف و باسی مەیدانی شەڕ و وتەکانی نێوان ئەرجونا و کریشنای بۆ دەکات.

[53] - سانجایا موریدی ڤیاسادێڤای دانایە و توانای ئەوەی هەیە لە دوورەوە مەیدانی جەنگ ببینێت بەهۆی ئەوەی کە چاوی دڵی کراوەتەوە. بە وتەیەکی تر خودی گیتا لەلایەن سانجایاوە دەگێڕدرێتەوە بۆ دەهریتاراشترای پادشای نابینا.

[54] - پاندوو ناوی باوکی ئەرجونایە کە دەکاتە برای دەهریتاراشترا کە پێش دەیان ساڵ دەهریتاراشترا دەری کردن بۆ ناو جەنگەڵ و ئەوانی لە موڵك و ماڵ و خۆشی و زەوی و هەموو شتێك بێبەش کرد کە دەبوو لەڕاستیدا پاندوو لە دوای مردنی باوکی ببێتە پادشا، بەلاّم دەهریتاراشترا مافی پادشایەتیشی لێسەندەوە..

کاتێك دوریودهانا[55] سوپاکەی پانداڤای لە مەیداندا بینی، چووە لای (درونا)ی مامۆستای و وتی:

٣ . لە لەشکری پانداڤاکان بڕوانە ئەی مامۆستا کە کوڕانی دروپادای قوتابی هەڵبژاردەی تۆ ئامادەیان کردووە.

٤. لەوێدا پاڵەوانان و تیرهاوێژان و جەنگاوەرانی وەکو (یویودانا) و (ڤیراتا) و (دروپادا) هەن کە لە جەنگ و دلێریدا هاوتای (بەهیما) و (ئەرجونا)ن[56].

٥ -٦. درشتاکیتو، شکیتانا، پادشای بەتوانای کاشی، پڕوجیت، کنتی بهوجاو شیبیای دلاوەر، یودامانیوی بەهێز، ئاتاموجای ئازا، کوڕی سوبهادرا، کوڕانی دروپادی و جەنگاوەری گالیسکەوانی بەهێز هەن.

٧. لەملاش ئەی باشترینی بڕەهمەنەکان[57]، ناوی ئەوانە دەبەم کە لەنێوان سەرکردەی لەشکرەکەی ئێمەدا بە دلێر بەناوبانگن، تا ناوەکانیان بزانی.

٨-٩. خودی تۆ و بەهیشماو کەڕەناو کرپای سەرفرازو ئاسواتامەن، ڤیکرنا، کوڕی سوداماداتاو دلێران و شەڕخوێنانی تر کە بە چەکگەلی جیاوازەوە لەڕێگەی مندا دەستیان لە ژیان شتوە.

---

[55] – دوریودهانا کوڕی دەهریتاراشترای نابینایە.

[56] – ئەرجونا کوڕی پاندوی برای دەهریتاراشترایە، دایکی ناوی کۆنتیە.

[57] – برەهمەن واتە پیاوی ئایینی لای هیندۆسەکان، ئەم چینە واتە چینی برەهمەنەکان بەرزترین چینن لە چوارچینە کۆمەڵایەتیەکەی هیند کە پیاوی ئایینی و پیاوی جەنگاوەر و پیاوی کاسب و خزمەتکارەکانن.

١٠. لەشکرەکەی ئێمە کە بەهیشما پارێزەریەتی، زەحمەتە بتوانرێ بژمێردرێت، بەلاّم لەشکری ئەوان کە بەهیما دەیپارێزێت بەئاسانی دەژمێردرێت.[58]

١١. کەواتە هەموو لەشوێنی خۆتاندا بووەستن و پشتیوانی بەهیشما بکەن.

١٢. لەم کاتەدا بەهیشمای بەهێز، سەرکردە و پیری گەورەی کوروەکان بۆ ئەوەی دوریودهانا گەرمتر بکات فوی کرد بە کەڕەناکەیدا و وەکو شێر نەڕاندنی.

١٣. بەدوای ئەویشدا نەی و نەقارە و شەیپورو کەڕەناکان بەیەکجار لەلایەن کوروەکانەوە بەدەنگ هاتن و غەوغایەکی گەورە دروست بوو.[59]

١٤. ئەو کات کریشنا و ئەرجونا بە گالیسکە شکۆدارەکەی خۆیانەوە کە ئەسپگەلی سپی ڕایاندەکێشا، فویان کرد بە کەڕەناکانی خۆیاندا و نالّەیەکی ترسناک بەرپابوو.

١٥. کریشنا کەڕەنای (پانجاجانیا) و ئەرجونا (دیڤاداتا) و بەهیمای بەهێز کەڕەنای گەورەی (پوندرا) و

١٦. یودشترای کوڕی (کونتی) کەڕەنای (ئانانتاڤیجایا)و ناکولا (سوگوشا) و سەدیڤا کەڕەنای (مینی پوشیاکا) یان لیّ دا.

---

[58] - دوریودهانا ڕێك وێنای کەسێکی سیاسی دەکات کە دەیەوێت جارێك بەرەخنە و پاشان بە پیاهەلّدان درونای مامۆستای هان بدات بۆ شەڕ، دەبینی ئایەتی هشت و نۆدا بەشان و بالّی دروناد ا هەلّدەدات و لەم ئایەتەشدا دەیەوێت بیسەلمێنێت کە سوپاکەی پاندوو کەمن و ئێمە زۆرین هەربۆیە مەیدان هی خۆمانە.

[59] - کەڕەنا و نەقانە و شەیپور هێمان بۆ ئەو فووەی کە یەکمجار خودا گیانی پێکرد بەبەری مرۆڤدا، هێمایە بۆ ئەو هەوایەی کە هیندیەکان پڕانای پیّ دەلّێن و لەلەشی مرۆڤدایە و ژیانی مرۆڤی بەدەستە و بەدەرچوونی ڕۆح لەلەش دەردەچێت.

١٧. وه تیروکەوانچی بەتوانا (کاشی) پادشاو پاڵەوانی گەوره (شکاندی) و (درشتادیومنا) و (ڤیرا) و (ساتیاگی) نەبەزیوو

١٨. (دروپادا) و کوڕانی (دروپادی)و کوڕی بەهێزبازوی (سوبهادرا)ش هەموویان فویانکرد بە کەڕەناکانی خۆیاندا.



١٩. بەمە ناڵەیەکی ترسناك هەموو ئاسمان و زەوی گرتەوەو ترس کەوتە دڵی سوپاکەی دەهریتاراشترا.

٢٠. پاشان ئەرجونا کە وێنەی مەیمون هێمای ئالأکەی بوو، کاتێك لەشکری دەهریتاراشترای بینی کە ئامادەی جەنگن و بریقەی چەکەکانیانی بینی، کەوانەکەی خۆی کێشا و بە کریشنای وت:

٢١.

ئەرجونا:

٢٢. گالیسکەکەم ببەرە نێوان هەردوو سوپاکە تا بتوانم هەموو جەنگاوەرەکان ببینم.

٢٣. دەمەوێت بزانم دەبێ سبەینێ لەگەڵ کێ شەڕ بکەم.[٦٠]

٢٤. دەمەوێت بزانم کێن ئەو کەسانەی بۆ ڕازیکردنی (دوریودهانا)ی خراپەکار لایەنی ئەویان گرتوە و هاتوونەتە مەیدان.

سانجایا:

٢٤-٢٥. ئەی بهاراتا،[٦١] کریشنا گالیسکەی گەورەی خستەڕێ و لەنێوان هەردوو سوپاکەدا لەبەرامبەر (بەهیشما) و (درونا) و حاکمەکانی تردا وەستاندی و بە ئەرجونای وت: "بڕوانە کە هەموو کوروەکان کۆبونەتەوە".

---

[60] - ئەمە سیفەتی پیاوی دانایە کە پێش کردەوە بەئاگاییەوە دەیەوێت بزانێت چی دەکات چی ناکات.

[61] - لەڕاستیدا بهاراتا هەمان هیندستانە بەڵام وەکو گەورەییەك بەشێوەی نازناو بۆ کەسانی گەورە بەکاردێت، هەروەکو چۆن لێرەدا بۆ دەهریتاراشترا بەکارهاتووە.

٢٦-٢٧. ئەرجونا سەیری هەردوو لەشکرەکەی کرد. باوکەکان و باپیرەکان و مامۆستاکان و مام و براکان[٦٢] و کوڕ و نەوەو خەزورەکان و هاوڕێکانی لە هەردوولا بینی.

٢٨. بە بینینی ئەو خزمانە کە لە ڕیزەکانی خۆیاندا وەستابوون، بەخەفەتەوە وتی:

ئەرجونا:

٢٩-٣٠. ئەی کریشنا، ئێستە کە خزمەکانی خۆم دەبینم ئامادەی جەنگن، قاچەکانم سست بوون و دەمم وشك بوەتەوەو لەشم ئەلەرزێ

موو بەلەشمەوە ڕاست بۆتەوەو

کەوانی گاندێڤەم[٦٣] لەدەست ئەخزێ و

پێستم وا ئاگر ئەگرێ و قاچی وەستانم نەماوە، دڵم گێژ ئەخوات و[٦٤]

٣١. سەرەنجامی بەد ئەبینم

کریشنا، من نە سەرکەوتنم ئەوێ و نە موڵك و نە شادومانی، لە کوشتنی کەسەکانی خۆم چ خێرێکم دەست ئەکەوێت؟

٣٢. سەرکەوتن و شادومانی تەنانەت خودی ژیان لەم قۆناغەدا چ سودێکی هەیە؟

---

[62] - کارنا کە برای ئەرجونایە لە دایکەوە لە مەیدانی کوروەکاندا وەستاوە دژی ئەرجونا.

[63] - Gadeva

[64] - ئەرجونا بەیەکێك لەهەرە جەنگاوەرە ئازاکانی ئەو سەردەمە ژمێردراوە کە لەچینی جەنگاوەرەکان (کشاتریا) بووە.

٣٣-٣٤. لەکاتێکدا مامۆستایان و باوکان و کوڕو خەزوران و مامەکان و براو باپیرەکان و مێردو خوشك و نەوەو خزمەکانی ئێمە، ئەو کەسانەی کە موڵك و شادومانی ژیانمان بۆ ئەوان دەوێت، وازیان لە ژیان و دارایی خۆیان هێناوە و لە ئامادەیی جەنگدا وەستاون.

٣٥.کریشنا من ناتوانم دڵم بە کوشتنی ئەوانەبێت ئەگەرچی ئەوان بیشم کوژن. پادشایی سەر زەمین چییە؟ ئەگەر موڵکی هەر سێ جیهانم پێکەوە بدەنێ من ئەم کارە ناکەم.

٣٦. لە کوشتنی کوڕانی دەهریتاراشترا چ شادوومانییەکمان دەست دەکەوێت؟ کوشتاری ئەوان ئێمەش بەگوناه ئالودە دەکات، ئەگەر چی ئەوان گوناهکار و خراپەکارن، براکوژی ڕەوشتی ئێمە نییە.

٣٧-٣٨. ئەی کریشنا، گەڕان بەشوێن خۆشبەختیدا لە کوشتنی خزمەکانی خۆماندا؟ پەردەی تەماع چاوی ئەقڵی ئەوانی داپۆشیوە کە قەباحەتی ستەم لە خانەدانان و دوژمنایەتی لەگەڵ دۆستان نابینن.

٣٩. بەڵام ئەی کریشنا،
ئێمە ناشرینی ئەم کارە بەڕوونی دەبینین،
بۆچی پشتی تێنەکەین؟
٤٠-٤٤. ئەگەر شیرازەی خێزان لە یەك پچڕا
داب و نەریت لەناودەچێت

بەدوای ئەم شکستە مەعنەویەدا
لە سنور دەرچوون و خراپە زاڵ دەبێت
ژنان ڕێگەی خراپ دەگرنەبەر[٦٥]
خراپی ئەوانیش ئەبێتە هۆی پەیدابوونی نەوەی خراپ
نەوەی خراپ و هۆکارەکەشی بەرەو دۆزەخ ڕاپێچ دەکرێن
خێرو چاکە و پێدانی برنج دەوەستێت[٦٦]
پیاوانی گەورەی خێزانەکان بێڕێز دەبن
کاری ڕەشی ئەو خانانە کە دەبێتە هۆی دروستبوونی نەوەی زۆڵ
داب و نەریتی کۆنی مەزهەبی لەناودەبات و
ئەندامانی ئەو خانەوادەیەشی ڕێوڕەسمی مەزهەبی وازلێبێنن
بۆ هەتاهەتایە لە دۆزەخدا دەمێننەوە.[٦٧]

٤٥-٤٦. ئەمانەمان بیستوە ئەی کریشنا،

بەداخەوە کە بە خۆبەگەورەزانین و لەزەتخوازی ماڵی خۆمان ئالودە دەکەین بە گوناح و پشتێن بۆ کوشتنی خزمەکانمان دەبەستین.

[65] - لەبەرئەوەی کەس نابێت خۆراك و جل و بەرگ و ماڵیان بۆ دابین بکات ئەوانیش ڕوودەکەنە خراپە.

[66] - ئەمە شێوازێکە لە عیبادەتی هیندییەکان کە خۆراك پێشکەش بە خوداکانیان دەکەن.

[67] - لەڕاستیدا قسەکانی ئەرجونا مەنتقین بەلاّم لەپاشاندا بۆمان دەردەکەوێت کە شتەکان بەو شێوەیە نین کە ئێمە بە ئەقڵی خۆمان بیری لێدەکەینەوە چونکە ئەقڵی مرۆڤ کۆیلەی دوانێتی و دوالیزمەی چاك و خراپە.

ئەگەر بێئەوەی دەست بۆ چەك بەرم یان بەرگری بکەم بە شمشێری کوڕانی (دەهریتاراشترا) بکوژرێم، هێشتا بۆ من ئەوە باشترە.

سانجایا:

٤٧. ئەرجونا بەدڵی خەمبارەوە وەهای گوت و تیروکەوانی فڕێ داو لە گالیسکەکەی خۆیدا دانیشت.[٦٨]

[68] - هەرکات مرۆڤ بێهیوا بوو لە بڕیارەکانی خۆی و پلانەکانی ئەقڵ و زانی کە خۆی بەتەنها ناتوانێت بگاتە ڕاستی و بەڕوونی تا کۆتایی شتەکان ببینێت ئەوا بێهیوا دەبێت و لێرەوەیە کە ئەرجونا وردە وردە زانینەکانی کریشنا وەردەگرێت، واتە وەحی لەپاش ئەقڵ دەستپێدەکات، پیاوی بێئەقڵیش بێبەهرەیە هەم لە ئەقڵ و هەم لە وەحی..

"بوونەوەر لەسەرەتادا نادیاربوون، لەنیوەی رێدا دەرکەوتن و
لەکۆتایشدا دیارنامێن کەواتە دەبێت خەمی چی بخورێت"

کریشنا

فەسڵی دووەم:

مەکتەبی سانکهیا و ڕێگەی یۆگا:[٦٩]

سەنجایا

١. کریشنا وەهای بە ئەرجونای دڵ پڕ سۆزو ئازارو چاو بە گریان وت:

کریشنا:

٢. ئەرجونا ئەم شێواوییە ناڕەوایە چییە لەم کاتە ترسناکەدا؟ کە لەلای ئارییەکان ناپەسەندە.

ئەمە نە ڕێگەی بەهەشتت نیشان ئەدات و نە دەتگەیەنێتە ناوو ناوبانگیش.

٣. ئەی کوڕی پەریتها لەش مەدەرە دەست ناپیاوی چونکە شایەنی تۆ نییە.

ئەی پاڵەوانی دوژمن شکێن، ئەم ترسنۆکییە ڕسوابکە و هەستە.

ئەرجونا:

٤. چۆن کاتی شەڕ تیر بگرمە بەهیشماو درونا کە لای من شایەنی ڕێزو بەگەورەگرتنن؟

---

[69] - هەروەکو چۆن (شری شانکاراچاریا) لە لێکدانەوەی ئەم بەشەدا دەڵێت، لەم بەشەدا سانکهیا وەکو ڕێگەیەك بۆ شیکردنەوەی ڕۆحی مرۆیی (ئاتمان) و یۆگا وەکو ڕێگەیەك بۆ گەیشتن بە نهێنییەکانی ئاتمان باسی کراوە..

٥. ئەگەر بە سواڵکەری بژیم پێم باشترە تا ئەوەی مەیلی کوشتنی ئەو پیاوە گەورانە بکەم.

ئەگەر دەست بە خوێنی ئەوان سور بکەم تەنانەت لەم جیهانەشدا ژیان و هەموو داراییم ڕەنگی خوێن دەگرێت.

٦. بەڕاستی ناتوانم بڵێم کامیان باشترە

ئەوەی ئێمە بەسەر ئەواندا سەرکەوین یان ئەوان بەسەر ئێمەدا؟

ئێستا کوڕانی دەهریتاراشترا لەبەرامبەر ئێمەدان و ئەگەر بیانکوژین ژیان چ نرخێکی دەبێت؟

٧. ئێستاش بە دڵی لاوازو مێشکی پڕ لە گومانەوە ڕوو دەکەمە تۆ

بە ئاشکرا پێم بڵێ چی بکەم؟ تۆ مورشیدی منی و دەستم بگرە، پەنام بۆ تۆ هێناوە.

٨. ئەگەر بێ هیچ کێشەیەك سامانی ئاسمان و زەویم پێ بدەن، دەرمانی ئەم خەمەی دڵم ناکات کە منی پەرێشان کردووە.

سەنجایا:

٩. کە قسەکەی ئەرجونا لەگەڵ کریشنا گەشتە ئێرە وتی:

(من شەڕ ناکەم) و هەناسەیەکی ساردی هەڵکێشا.

١٠. ئەوکات کریشنا بە زەردەخەنەیەکەوە بە ئەرجونا کە لەنێوان دوو سوپاکەدا بە خەمباری دانیشتبوو، وتی:

کریشنا:

١١. تۆ خەمی کەسانێك دەخۆی کە نابێت خەمیان بخورێت

تۆ باس لە دانایی دەکەیت، بەلاّم دانا نە بۆ مردوو نە بۆ زیندوو خەم ناخوات.

١٢. هیچ کاتێك نەبووە کە من نەبم،

یان تۆ نەبیت،

یان ئەم پادشایانە نەبووبن.

لە داهاتووشدا هیچ کاتێك نابیت کە ئێمە نەبین. [٧٠]

١٣. هەروەکو چۆن ڕۆح لە لەشدا دەورانی منداڵی و گەنجی و پیری بەڕێ دەکات،

قۆناغی گوێزانەوەش لە لەشێك بۆ لەشێکی تر بەهەمان شێوەیەو پیاوی کامڵ لەم بارەیەوە دووچاری دوودڵی نابێت. [٧١]

١٤. هەستی گەرماو سەرماو ئازارو شادی لە بەریەککەوتنی هەستەکان لەگەڵ شتەکان پەیدا دەبێت،

ئەم شتانە سەرەتا و کۆتاییان هەیە،

چونکە بە سروشت ناپایەدارن، ئەی کوڕی بهاراتا دەبێت بە ئارامییەوە تەحەمولیان بکەیت.

---

[70] - ئەم دێڕانە زۆر گرنگن چونکە باس لە ئەبەدیەت و ئەزەلیەتی هەموو بوون دەکەن بە ماتریالێشەوە، لەبەرئەوەی هەموان لە خواوە هاتووین کەواتە هەموان ئەبەدی و ئەزەلین لەکاتێکدا خودا ئەبەدی و ئەزەلیە. بەلاّم مەبەستی کریشنا کە دواتر ڕوونی دەکاتەوە جەوهەری شتەکانە نەك وێنەی دەرەکی شتانە و ماددەکان.

[71] - لێرەدا کریشنا باس لە تناسخ الارواح دەکات کە بەلەش گۆرکێ بەناوبانگە و ئەهلی حەق و یارسان دۆناودۆنی پێدەڵێن.

١٥. ئەی گەورەی خەڵکی ئەوەی غەم و شادی جیاواز نەبێت بۆی و لە جێی خۆی نەیجوڵێنێت،

شایستەی گەیشتنە بە مەنزڵی ئەبەدییەت. [٧٢]

١٦. ئەوەی نییە هیچ کات نەبووەو ئەوەشی هەیە هەمیشە بووە.

دانایانی ڕاستی زۆر باش لە هەردوو ماناکە تێدەگەن.

١٧. ئەو هەقیقەتەش کە دەوری هەمووشتێکی داوە، دڵنیابە لەناونەچووەو

کەس لە توانایدا نییە ئەو نەگۆڕاوە بگۆڕێ. [٧٣]

١٨. لەش دەمرێت،

بەڵام ڕۆح هەتاهەتایی، نەگۆڕاو، لەناونەچوو بێسنورە. [٧٤]

---

72 - کەس مەرد نیە، مەرد خاوەنی هەوداری نەفسە

ڕەشوەی دڵەکەی گرتوە، بەو ڕادەستە

بێ لایەنە هەرچی کەببێ با ڕووبات

کەی عاشقی یار بۆ غەمی ژین دەربەستە. (وەرگێری کوردی)

[73] - لەم بڕگەیەدا کۆمەڵێك باسی زۆر گرنگی تێدایە، *یەکەم* ئەوەی کە هەقیقەت گشتگیرو هەمەکیەو دەوری هەموو شتێکی داوەو فروانترە لەهەموو شتێك. *دووەم* ئەوەی دەوری هەموو شتێکی داوە (سات)ە واتە هەقیقەتە کە لە ئایینەکاندا بە خودا باسی کراوە و ئەو شتێکی ماددی نییە. *سێیەم* ئەو نەگۆڕە واتە وەکو ئێمە بار و حاڵەتی جیاوازی نییە و سەرما و گەرما و خۆشی و ناخۆشی کاری لێناکەن و ئەوەی کاریگەر دەبێت لەشە کە هەستەکان بەڕێوەی دەبەن. *چوارەم* باس ئەوەیە کە کەس ناتوانێت ئەو بگۆڕێت چونکە هیچ هێزێك لەسەروو یان تەنانەت هاوشانی هێزی ئەو نییە، کەواتە ئەو هەقیقەتە یەکتا و تاقانەیە.

[74] - ئەم تایبەتمەندیانەی کریشنا بۆ ڕۆحی مرۆیی هەڵدەدا، لەپاشاندا هەمان تایبەتمەندی بۆ ڕۆحی خوداش باس دەکات و ئەمەش مانای یەکێتی ڕۆحییە لەنێوان خودا و مرۆڤدا.

کەواتە ئەی کوڕی بهاراتا بجەنگە[٧٥].

١٩. ڕۆح نە دەکوژێت و نە دەکوژرێت.[٧٦]

ئەوەی پێی وابێت ڕۆح بکوژ یان کوژراوە ئەوە بێبەهرەیە لە مەعریفەت.[٧٧]

٢٠. ئەو، نە لە دایك دەبێت و نە دەمرێت و

نە کاتێك (هەبوو) دووبارە لەناودەچێت.

سەرەتای نییە، هەتاهەتایی و نەگۆڕو قەدیمە[٧٨].

ئەگەر لەش فەنابێت ئەو لەناوناچێت.

٢١. ئەوەی ڕۆح بە لەناونەچوو، نەگۆڕاو، نا تازەو سەقامگیر بزانێت، چۆن دەتوانێت کەسێك بکوژێت یان کەسێك ئەو بکوژێت؟

٢٢. هەروەکو چۆن مرۆڤ بەرگی کۆن دادەکەنێت و بەرگی نوێ لەبەر دەکات، ڕۆحیش لەشە کۆنەکان فڕێ دەدات و دەچێتە لەشی تازەوە.

٢٣. نە شمشێر کاری لێدەکات و نە ئاگر دەیسوتێنێ،

نە ئاو تەڕی دەکات و نە با وشکی دەکاتەوە.[٧٩]

---

75 - بەپێی لێکدانەوەی ناوەکی گیتا بجەنگە و هەوڵبدە و تێبکۆشە بۆ ڕزگاربوون لە دوانەیی.

76 - لە گیتادا کریشنا زۆر باس لەو ڕاستییە دەکات کە ڕۆح تەنها بزوێنەرە نەك کارکەر، ئەو بزوێنەر و بە ئاگا ڕوانەرە، ئەمە هەمان وتەی ئەرستۆیە کە دەڵێت خودا نەبزواوی بزوێنەرە.

77 - واتە مەعریفەت زانستە بە جەوهەری شتەکان نەك شێوە و شکڵی دەرەکی شتەکان..

78 - قەدیم واتە ئەزەلی و ئەبەدیییە.

79 - لەم سوترایەدا نەفی (شت) ئەکات کە بتوانێت کاریگەری بخاتە سەر ڕۆح .

٢٤. نە بریندار دەبێت و نە دەسوتێت و نە تەڕ دەبێت و نە وشك دەبێتەوە. دائیم قائیم و جێگیر و هەتاهەتاییە.[٨٠]

٢٥. نە بەچاو دەبینرێت و نە بەبیردا دێت و نە دەگۆڕێت و تۆش کە ئەم ڕاستییە دەزانیت نابێت خەمباربیت.[٨١]

٢٦. ئەی بەهێزبازوو ئەگەر واشبزانیت ڕۆح دەمرێت و لەدایك دەبێت،

دیسان نابێت غەمگین بیت

چونکە ئەوەی لەدایك ببێت ناچارە بمرێ .

٢٧. ئەوەشی بمرێت ناچارە بگەڕێتەوە،

نابێت غەم بۆ شتێك بخۆیت کە ناچارییە.

٢٨. بوونەوەر لەسەرەتادا نادیاربوون،

لەنیوەی ڕێدا دەرکەوتن و

لەکۆتاییشدا دیارنامێنن

کەواتە دەبێت خەمی چی بخورێت.

٢٩. هەندێ بە سەرسوڕمانەوە لە ڕۆح دەڕوانن،

هەندێ وتەی سەرسوڕهێنەر لەبارەی ڕۆحەوە دەڵێن.

هەندێ بەسەر سوڕمانەوە لەبارەی ڕۆح دەبیستن.

---

80 - لەم سوترایەدا نەفی خودی گۆڕان ئەکات.

81 - ڕۆح بەچاو نابیرنرێت چونکە شت نیە، هەرکات بەچاو بینرا ئەوا هاتۆتە جیهانی شتەکانەوە کە جیهانی ماددیە، هەربۆیە ناکرێت بە کەسێك بڵێی خودا لەبەرئەوەی کە ڕۆحی خودای تێدایە بەڵکو ئەو بەلەشەوە لەنێو جیهانی ماددی و یاساکانی ئەم جیهانەدایە.

بەڵام کەس لە ڕاستی ئەو تێنەگەیشتووە.

٣٠. ئەی بهاراتا ئەم ڕۆحە کە لە چوارچێوەی لەشەکاندایە هەتاهەتاییەو فەنانابێت؟

کەواتە تەعزیەباری هیچ زیندوویەك مەبە.

٣١. لەڕووی بیروڕای چینەکەی خۆشتەوە نابێت پشت بکەیتە شەڕ

چونکە بۆ کشاترییاکان (جەنگاوەران) هیچ شتێك باڵاترنییە لە نەبەردێکی پاك.

٣٢. خۆش بەحاڵی کشاترییاکان ئەی کوڕی پەڕیتا کە بێویستی خۆیان بانگ دەکرێن بۆ وەها جەنگێك کە دەرگای بەهەشتی بە ڕوویاندا ئاوەڵا کردووە.[٨٢]

٣٣. بەڵام ئەگەر پشت بکەیتە ئەم جەنگە پاکە،

ئەوا لە نەتەوەو شەرەفی خۆت ڕووت وەرگێڕاوە و

ئەوساش گوناهبار دەبیت.

٣٤. وە لەجیهاندا ناوت بە خراپە دەبرێت و

بۆ پیاوی ئازادیش بەدناوی لە مەرگ خراپترە.

٣٥. وە سەربازانی ناودار وا دەزانن کە تۆ لەترسان وازت لە جەنگ هێناوە.

٣٦. وەلای کەسانێك کە بە چاوی ڕێزەوە لێیان دەڕوانیت

کەم و بێنرخ دەبیت و

دوژمنەکانت تانە لە ئازایەتیت دەدەن و

---

82 - (بێ ویستی خۆیان) مانای ئەوە دەگەیەنێت کە ئەو جەنگاوەرو سەرکردانەی بەم جۆرە بەم بڕوایەوە دەجەنگن، لەو جەنگەدا هیچ سودێکی خۆیانی تێدانینە، ئە وەی جەنگ بۆ سودی خۆی بکات نەزانە..

شتی ناپەسەند دەڵێن،

چ ئازارێك لەمە قورسترە.

٣٧. ئەگەر بمریت دەرگای بەهەشتت بۆ دەکرێتەوەو

ئەگەر سەرکەویت سامانی جیهانت دەستگیر دەبێت،

کەواتە ئەی کوڕی کۆنتی هەستە و دڵت بە جەنگەوە بێت.

٣٨. ئازار و شادی و بردنەوەو دۆڕاندن و سەرکەوتن و شکست یەکسان ببینە و بجەنگە تا گوناهبار نەبیت.

٣٩. ئەمەبوو قسە دەربارەی مەعریفەی سانکیا[٨٣] کە پێم وتی

ئێستا چەند قسەیەك دەربارەی تەریقەی یۆگا دەڵێم

تا بەهۆیەوە بتوانی کۆت و بەندی کارما بشکێنیت.

٤٠. لێرەدا ئەگەر نەتوانی بەتەواوەتی کارەکەت ئەنجام بدەیت ئەوا بێهودە نابێت و سەرەنجامی پێچەوانە نابەخشیت،

وە ئەگەرچی کار کەموکورت بێت بەڵام لە کۆت و بەندی ژیان و مردن ڕزگارت دەکات.

٤١. لێرە ئەی کوڕی (کورو) بە پشتی بەهێزەوە ڕووبکەرە یەك مەبەست

بەڵام ئەوانەی دوودڵن دەکەونە گۆمی تەفرەقە و بێقەرارییەوە.

٤٢. بێ ئەقڵانێك هەن کە وشەگەلی هەڵخەڵەتێنەر دەڵێن و

دڵ بە وشەی ناو ڤیداکان خۆش دەکەن و

---

83 - سانکیا واتە ژماردن کە مەبەست لێی بەش بەش کردنی بوونە بۆ دوان ك مادە و ڕۆح یان جەوهەر و ماهیەتە، بەڵام یۆگا واتە یەکبوون و مەبەست لێی نەفی دوانەییە.

هیچ شتێکیشی لێنازانن.[٨٤]

٤٣. ڕۆحیان پڕە لە حەز،

وە بەهەشت مەبەست و ئارەزوویانە،[٨٥]

٤٤. بۆ بەدەستهێنانی لەزەت و هێز، ویرد و زیکری جۆراوجۆر دەخوێنن[٨٦]

کە سەرەنجامێکی بێجگە لە گەڕانەوە بۆ دنیای (دیسان لەدایك بوونەوە) نییە.

نە تێڕامانێك لەناوا دەبێت و نە دڵنیایی دروست دەبێت .

بۆ کەسانێك هۆشیان لەدەستداوە بەو وشانەو دڵیان بە لەزەت و هێزەوە گرێداوە.

٤٥. ڤیداکان باس لە جیهانی سێ گۆناکە دەکەن،

ها ئەی ئەرجونا ئازادبە لە هەرسێ گۆناکە،

ئازادبە لە کۆتی دژەکان،

هەمیشە لە سکون و پاکیدا،

بەتاڵ لە کۆت و بەندی کۆکردنەوەو لەدەستدان

دڵ بخەر سەر خۆت[٨٧] .

---

84 - مەبەست لەو مەلا و قەشە و برەهمی و پیاوە ئایینیانەیە کە ئامۆژگاری خەڵك دەکەن بەلاّم خۆیان تەنها قسەی کتێبە پیرۆزەکان دەڵێنەوەو هیچی لێنازانن.

85 - ئەوەی ئارەزوی لەبەهەشت بێت دەچێتە بەهەشت و ئەوەشی ئارەزوی لە خودابێت بەرەو خودا دەڕوات.

86 - لە عالەمی بەناو ئیسلامی کۆمەڵگەی ئێمەشدا دۆعاکانمان زیاتر بۆ بەدەستهێنانی تەندروستی و هێزو چاکە و رزق و منداڵی باش و ژنی باش و دراوسێیی باش و ژیانی باشە و کەمتر نزایەك دەدۆزڤیتەوە بڵێت خودایا خۆتم بەرێ و خۆمم لێبسەنەرەوە.

٤٦. لای بڕەهمەنێك كە گەشتووە بە پلەی مەعریفەت

ڤیداكان وەك گۆزەیەك ئاون لەناو دەریایەكدا.[٨٨]

٤٧. لەسەرتە كاربكەیت بەڵام نەك بۆ پاداشتەكەی،

بەدوای پاداشتی كارەكانتەوە مەبە و

دڵیش گرێ مەدە بە وازهێنان لە كار.

٤٨. لە یۆگادا سەقامگیربە، كار بكەو چاوپۆشی بكە لە بەرهەم

و دڵ لەكۆتی سەركەوتن و شكست بەتاڵ بكەرەوە،

هەمان دڵبەتاڵی پێی دەوترێت یۆگا.

٤٩. كارێك كە بە چاوەڕێی پاداشتەكەیەوە كردبێتت، زۆر نزمترە لە كارێك كە بێ تەشویشی بەرهەمەكەی ئەنجام دراوە.

٥٠. ها ئەی ئەرجونا، پەنابگرە بە بەتاڵ دڵی،

خەسارۆمەند خەڵكێكن كە لە كاردا چاوپۆشی لە پاداشتەكەی نەكەن.

٥١. دەتوان لەپاڵ ئەم ئارامی و دڵ بەتاڵییەدا خۆت لە بەندی چاك و خراپ ئازاد بكەیت،

---

[87] - خود هەمان خودایە كە بەتاڵە لە دەستكەوتن و لەدەستدان، هەربۆیە كریشنا لە هەندێ شوێندا دەڵێت بیر بخەرە سەر من و لە هەندێ شوێنیشدا دەلچێت بیر بخەرە سەر خۆت، بەڵام بیر خستنە سەر خود لەپێش بیرخستنە سەر خودایە چونكە سەرەتا خودا لەخۆتا وەكو ڕۆحی خۆت دەناسیتەوەو پاشان بەرەو خودا لەبووندا هەڵدەكشێیت.

[88] - ڤیداكان هەرچەند بەرێز و پیرز بن ناگەنە پیرۆزی هەقیقەت، هەربۆیە ئەوەی دەگاتە خودا كەسێكە لەسەرو كتێبە پیرۆزەكانەوەیە.

کەواتە ئەم یۆگایە ئەنجام بدە،
یۆگا هونەری کارکردنە.[٨٩]

٥٢. پیاوی دانا کە بەتاڵیی دڵی دەستکەوتووەو وازی لە پاداشتی کار هێناوە و ئازادە لە بەندی پەیدابوون،
دەگات بەو شوێنەی کە لەپشت خراپییەکانەوەیە.

٥٣. وە ئەگەر هۆشی تۆ خۆی لە پەردەی ڕەنگەکان ئازاد بکات،
دەگەیت بەو قۆناغە بەتاڵییەو[٩٠]
هەموو بیستراوو بیستنەکانت لا یەکسان دەبێت و
ئەگەر هۆشی تۆ کە لە سەرەنجامکی ئەحکامی دژ بەیەکی ڤیداکانەوە دووچاری پەرێشانی بووە،
لە مەعریفەی نەفسدا سەقامگیر و ساکن و ئارام بێتەوە،
ئەوا دەگاتە مەبەستی یۆگا.

ئەرجونا:

٥٤. کریشنا تایبەتمەندی پیاوی خاوەن یەقین کە گەشتووە بە سامادهی چییە؟

---

[89] - هەمووان لەکاردایین، بەلاّم یۆگا هونەری کارکردنە، واتە فێرت ئەکات چۆن کـار بکـەیت دەگەیتـە هەقیقەت و لە کۆتی کار ڕزگارت ئەبێت..

[90] - ئەم قسەیە زۆر گرنگە، یاری بوون یاریەکی هۆشەکیە، هۆشە ئەم جیهانـەی پێکهێنـاوەو لەڕێگـەی هۆشەوە جیهان دەڕوات بەرێوەو هۆشە مانا بۆ جیهان پەیدا دەکات، ئەگەر هۆش نەما جیهان نامێنێـت، ئەگەر هۆشت کۆنترۆڵ و ڕام کرد ئەوە جیهانت ڕام کردووە..

وەها پیاوێك چۆن دەدوێت،

چۆن دەبیستێت و چۆن دەڕوات؟

کریشنا:

٥٥. ئەگەر کەسێك واز لەهەموو حەزەکانی دڵی بێنێت و

خۆی بەخۆی ڕازیبێت،

وەها کەسێك خاوەنی یەقینە.

٥٦. ئەوەی لەناڕەحەتیدا دڵی نەگیرێت و لەخۆشیدا شاگەشکە نەبێت،

ئەوەی لە دۆستایەتی و ترس و ڕق و کینە ئازادبێت،

ئەوە عارفێکە خاوەن یەقین.[91]

٥٧. ئەوەی لە پەیوەستبوون ئازادبێت،

نە بەخۆشی دڵخۆش و نە بە ناخۆشی مەلول بێت،

ئەوە پیاوی خاوەن یەقینە.

٥٨. پیاوێك بتوانێت هەستەکانی لە شتەکان بکێشێتەوە

وەکو کیسەڵ کە قاچەکانی دەخاتە ناوەوە،

ئەوە یەقینەکەی جێگیرە.

---

[91] - کریشنا زیرەکانە نالێت ئەوەی بەسەر ئاودا بڕوات یان بفڕێت ئەوە خاوەنی یەقینە یان گەشتووە بە من، بەڵکو وەسفی پیاوی گەشتوو بە نیرڤانا یان بە خودا دەکات بەوەی کە ئەو ئازادە لە پەیوەست بوون و ناڕەحەتی و شاگەشکەبوون، چونکە ئەم سیفەتانە تەنها لەو کەسانەدا هەن کە گەشتوون بە یەکبون لەگەڵ ڕەها و وازیان لەمن و تۆیی هێناوە..

٥٩. پیاوێك كە خۆی لە خواردن ئەگرێتەوە پەیوەندی ئەو بە شتەكانەوە دەپچڕێت و
حەزی دڵی لەجێی خۆی دەمێنێتەوە،
بەڵام ئەوەی ڕاستی ببینێت حەزی دڵیشی لەناودەچێت.

٦٠. هەستە سەركەشەكان تەنانەت دڵی پیاوی داناش كە بەشوێن كەماڵەوەیە بە توندی بەرەو خۆیان ڕادەكێشن.

٦١. وە پیاوی سەقامگیر و ڕاگیر هەستەكانی خۆی ڕام دەكات و بیری خۆی لەسەر من وردگەر دەكات.

وەها كەسێك كە هەستەكانی خۆی ڕام كردووە
خاوەنی یەقینە.

٦٢. بیركردنەوە لە شتەكان[٩٢] پەیوەستبوون[٩٣] پێكدێنێت،
لە پەیوەستبوون ئارەزوو[٩٤] دروست دەبێت،
لە ئارەزوو توڕەبوون[٩٥] لەدایك دەبێت،

٦٣. توڕەبوونیش دەبێتە هۆی نائارامی،
نائارامی لەبیرچوونەوە دێنێت،
لەبیرچوونەوەش ئەقڵ تێكدەدات،
كەم ئەقڵیش هۆی لەناوچوونە.

---

[92] - بیركردنەوە لە شتە ماددییەكان= Dhyayatah.

[93] - پەیوەستبوون= Sangah.

[94] - ئارەزوو= Kamah.

[95] - توڕەبوون= Krodhah.

٦٤. بەڵام ئەوەی ڕەشوەی نەفسی بەدەستە، بەهەستگەلێکەوە کە فەرمانبەرداری ئەون، ئازاد لە خۆشەویستی و ڕق لەناو شتەکاندا دەگەڕێ،

٦٥. وەها کەسێك گەشتۆتە مەنزڵی ئارامی،

و لەم مەقامەشدا هەموو خەمەکان تەواو دەبن و دڵ کە بگات بەم قۆناغە لە بێدەنگی،

ئەقڵ سەقامگیر دەکات و

٦٦. ئەوەی سەقامگیری[٩٦] نەبێت مەعریفەی[٩٧] نابێت،

ئەوەی کە مەعریفەی نەبێت سود لە تێڕامان[٩٨] وەرناگرێت و

بێتێڕامان ڕۆح ئارام ناگرێت[٩٩] و

بێئارامی ڕۆح خۆشحاڵی[١٠٠] لەکوێوە بێت؟

٦٧. وە دڵ کە بەشوێن هەستە سەرگەردانەکانەوە بکەوێتە بەر شڵەژان و زانینی لەناوبچێت،

وەکو بایەکە کە کەشتی لە ئاوەکاندا لەرێ دەردەکات.

٦٨. کەواتە ئەی بەهێز بازوو،

ئەوەی کە هەستەکانی خۆی بەیەکجاری لە شتەکان دابڕێت،

---

96 - ناسەقامگیر= Ayuktasya.

97 - مەعریفە= Gyana.

98 - تێڕامان=Dhyana.

99 - ئارامگرتن= Shantam.

100 - خۆشحاڵی، شادوومان= Anandam.

ئەوە خاوەنی یەقینە.

٦٩. بۆ وەها کەسێك ڕۆژە لەکاتێکدا بۆ هەموو خەڵك شەوە،
ئەو کاتەی هەموو جیهان بێدارن ئەو خەوتووە و
حەزی دڵی بۆ هیچ شوێنێك نایبات،
وەکو دەریا کە بە تێڕژانی ڕوبار لێڵ نابێت.

٧٠. کەسێك کە ئازادە لە بەندی ئارەزوو
ڕزگاری بووە لە حەزەکان و
لە (من) و (ماڵی من) تێپەڕیوە،
وەها کەسێك ئارامی ڕۆح بەدەست دێنێت.

٧١. ئەمەیە مەقامی گەیشتن بە هەقیقەت ئەی کوڕی پەریتا،
کەسێك کە بگات بەم مەقامە لە وەهم ڕزگاری دەبێت.

٧٢. کەسێك کە کار بەم ڕێگەیە بکات،
ئەگەرچی لە دوایین ساتەکانی ژیانیدا بێ،
دەگاتە نیرڤانای ڕاستەقینە.

"هەموو کارەکان بسپێرە بە من و

دڵ بە هەقەوە گرێ بدە و

لە بەندی هیوا و خۆبینی ئازادبە

وە بە دەروونی بەتاڵ لە ئاخ و داخ بجەنگە"

کریشنا

فەسڵی سێهەم :
ڕێگەی کردار (کارمایۆگا):

ئەرجونا وتی:

١. ئەی کریشنا[١٠١] ئەگەر وەهایە کە تۆ دەڵێیت زانین لەسەروو کردارەوەیە،
بۆچی من هان دەدەی بۆ ئەم کارە قورسانە ؟

٢. وتەکانت ئاڵۆز دێنەبەرچاو و زهنی منیان تێکداوە،
وشەیەکم بەشێوەیەکی تەواو پێ بڵێ کە بتوانێت من ڕزگار بکات.

کریشنا وتی:

٣. من لە سەرەتای ئەفراندنەوە دوو ڕێگەم خستە بەردەم خەڵك:
ڕێگەی زانین[١٠٢] بۆ ئەهلی زانین
ڕێگەی کردار[١٠٣] بۆ ئەهلی کردار

٤. بەخۆگرتنەوە لە کردار ناتوانیت بەتاڵ بیتەوە لە کردار[١٠٤]
و بەتەواوی وازهێنان لە کردار کەس ناگەیەنێتە کەماڵ.

٥. لەڕاستیدا کەس ناتوانێت تەنانەت یەك سات کار نەکات
چونکە هەموو کەسێك بەپێی سروشتی خۆی ناچارە کاربکات[١٠٥] .

---

[101] - لە هەندێ دەقدا کریشنا لێرەدا بە جانارданا بانگ کراوە کە یەکێکە لە ناوەکانی کریشنا..

[102] - لێرەدا وشەی زانسن بەرابەرە بە وشەی سانکهیا واتە ڕێگەی لێکۆڵینەوەو بەدواداچوون .

[103] - ڕێگەی کار=Karma yoga.

[104] - بەتاڵبونەوە لە کردار= Sanyasa

٦. بەلاّم ئەوەی کە ئەندامەکانی خۆی لەکارخستبێت
دڵی بە بیرکردنەوە لەبارەی شتەکان و هەستپێکراوەکان مەشغوڵ کردبێت
پیاوێکی سەرلێشێواوی ڕیاکارە.
٧. بەلاّم ئەی ئەرجونا ئەوەی دڵی بەسەر هەستەکاندا بەئاگا کردووە
بێئەوەی پێیانەوە وابەستەبێ
ئەندامەکانی خۆی بەکارخستبێت
ئەوە گەشتۆتە قۆناغ بالاّ.
٨. ئەی ئەرجونا ئەوەی کە ئەرکی سەرشانتە ئەنجامی بدە
کە کارکردن زیاترە لە کارنەکردن
تەنانەت تەندروستی لەش بێکارکردن مەیسەر نابێت
٩. ئەگەر کردار لەبەر خودا نەبێت مایەی گرفتارییە
کەواتە ئەی کوڕی کۆنتی بۆ خوا کاربکە نەك بۆ پاداشت و بەرهەمەکەی.
١٠. ئەو کاتەی برەهما[١٠٦] جیهانی دروستکرد
قوربانی[١٠٧] دانا و فەرموی: بەم شێوەیە زیاد ببێت
ئەمەیە (کامادۆك)[١٠٨] مانگایەك کە شیری حەزو ئارەزووەکانی لێ بدۆشرێت

---

[105] - کاتێك دێینە جیهانی پراکریتیەوە واتە دێینە ناو سروشتەوە ئیدی کارو کاردانەوە دروست دەبێت و لە وردترین بەشی بوونەوە کە کوارکە تا کاکێشانێکی گەورە لەژێر ئەو یاسایەدایە. هەموان لەژێر یاسای کارو کاردانەوەداین کە بە کارما بەناوبانگە، کارما دروستکەری ئەو یاسایەیە کە دەڵێت لە چاك چاك و لە خراپ خراپ دەچنیتەوە.

[106] - خودا بەسیفەتی دروستکردنەوە=Brahma.

[107] - قوربانی= Yajnah.

[108] - بەخشەر=کامادۆك Kama dhuk.

١١. فریشتەکان[109] بەم شێوەیە دڵخۆش بکەن
تا فریشتەکانیش ئێوە دڵخۆش بکەن
و بەم شێوەیە بگەنە خێری ڕەها
١٢. کاتێك فریشتەکان بە قوربانییەکانی ئێوە دڵخۆش بوون
ئارەزووەکانتان دێننە جێ و
هەرکەسیش بەهرەمەندبێت لە بەخششی فریشتەکان و
بەشی قوربانی ئەوان نەدات ئەوە دزە.
١٣. ئەو پیاوچاکەی لە پاشماوەی قوربانی بخوات ڕزگاری دەبێت لە گوناه
بەڵام ئەوەی کە هەموو خۆراکێك بۆ خۆی لێبنێت
گوناهکارێکە کە هەرچی بخوات گوناهە.
١٤. مرۆڤ بە خۆراك زیندووە و
خۆراك لە باران دروست دەبێت و
باران لە ڕیزی قوربانییەکاندایە و
قوربانی کردارە و
١٥. کردار لە ڤیدادا چەسپاوە و
ڤیدا لە خودای گەورەوەیە
کەواتە ئەو خودایەی دەوری هەموو شتێکی داوە لە قوربانیدایە.
١٦. وە ئەوەی پەیڕەوی لە گەڕانی چەرخی گەردوون نەکات
لە گوناهدا دەژی و

109 - فریشتەکان=Devan.

دڵخۆشە بە ڕازیکردنی هەستەکانی
ئەی کوڕی پریتا ئەوە ژیانی خۆی بەبا دەدات.
١٧. بەڵام ئەوەی گەشتە مەقامێك کە شادی خۆی لەڕۆحدا بدۆزێتەوە
ڕازی بوونی خۆی لە ڕۆحدا و
ئارامی خۆی لە ڕۆحدا
لە کۆتی (داوا) و تەکلیف ئازادە.
١٨. ئەوە نە لەم جیهانەدا بەهرەمەندە بە پاداشت و
نە لە وازهێنان لە کردار هیچ شتێك لەدەست ئەدات و
نە پێویستی بە کەسێکە بۆ هیچ شتێك.
١٩. کەواتە لەسەرت بێت بەردەوام ئەرکی سەرشانت ئەنجام بدەیت بێئەوەی پێیەوە وابەستەبیت،
چونکە لە کرداری بێبەری لە پەیوەستبوونەوەیە کە دەتوانیت بگەیت بە حەق.
٢٠. بەڕاستی جاناکا و ئەوانی تریش تەنها لەڕێگەی کردارەوە گەشتنە کەماڵ.
٢١. تۆش دەبێت بۆ ڕێنوێنی ئەوانی تر کردار بکەیت
چونکە ئەوەی گەورەکان بیکەن دەبێتە سەرمەشقی ئەوانی تر و
هەمووان پەیڕەوی لێدەکەن.
٢٢. ئەی کوڕی پەریتا هیچ تەکلیفێك لەسەر من نەماوە
لەهەر سێ جیهاندا هیچ شتێك نییە کە من نەمبێت
هیچ شتێك نییە بۆ بەدەستهێنان هەوڵی بۆ بدەم.

٢٣. بەلاّم هەمیشەش لە کاردام[110]

چونکە ئەگەر من سور نەبم لەسەر کارو لاساری بکەم

ئەی کوڕی پەریتا خەڵك هەموو چاوم لێدەکەن[111]

٢٤. ئەگەر من کارنەکەم هەموو گومڕا دەبن و

من دەبمە هۆی تێکچوونی ڕەچەڵەك و

هەمووان بەرەو نەهامەتی ئەبەم.[112]

٢٥. هەروەکو چۆن نەزان کاردەکات بۆ تەماعی پاداشتەکەی

زاناش دەبێت کاربکات ئەی کوڕی بهاراتا، کار بیٚ لەبەرچاوگرتنی پاداشت

کە تەنها بۆ ڕابەری خەڵك بێت

٢٦. بەلاّم نابێت دڵی نەزانیش ئاڵۆزبکات کە کار بۆ پاداشتەکەی دەکات.

بەڵکو دانا دەبێت سوربێت لەسەرکار تا نەزان هان بدات.

٢٧. سەرچاوەی کردەوەکان و کارکەر (گۆنا)کانن و

نەزانی خۆپەرست وا دەزانێت کە ئەنجامدەری هەموو کارێك ئەوە

٢٨. بەلاّم ئەوەی بەڕاستی لە کاری گۆناکاندا بینابێت

---

[110] - لێرەدا کریشنا وەکو جەستەی ماددی واتە وەکو خودای گەورە قسە ناکات بەڵکو وەکو ئاڤـەتارێك قسە دەکات و مەبەستی لەوەیە کە هاتە جیهانی مادەوە دەبێت بەپێی پرەنسیپەکانی مادە کار بکات..

[111] - هەن ئەو سوامی و یۆگی و تەنانەت سۆفیانەش کە پەیوەست نین بـە شـەریعەتەوە و گـویٚ نادەنـە یاسا ئایینیەکان چونکە گەشتوونەتە فەنا و کاملٚ بوون، ئـەوان دەڵـێن ئـەو یاسـایانە بـۆ گەیـشتنن بـە کەماڵ، کاتێك گەشتیتە کەماڵ پێویستت پێیان نییە، بەلاّم کریشنا لەگەڵ ئەم ڕایەدا نییە..

[112] - مەبەستی هاتنی کریشنا بلاّوکردنەوەی ڕەحمەت و خۆشەویستی و ڕزگاری خەڵکە، کەواتـە نابێـت کارێك بکات بەپێچەوانەی مەبەستەکەیەوە بێت.

دەزانێت کە ئەوە ڕەنگی هەستەکانە لەگەڵ ڕەنگی هەستپێکراوەکان تێکئالأوە، بۆیە پێیانەوە وابەستە نابێت.

٢٩. وە ئەوانەی لەداوی هەڵخەڵتێنەری گۆناکاندان
دڵ گرێ دەدەن بەو کردەوانەوە کە دروستکراوی گۆناکانن
بەلأم دانای گشتناس نابێت دڵی نەزانی هیچ نەزان پەرێشان بکات

٣٠. هەموو کارەکان بسپێرە بە من و
دڵ بە هەقەوە گرێ بدە و
لە بەندی هیوا و خۆبینی ئازادبە
وە بە دەروونی بەتاڵ لە ئاخ و داخ بجەنگە

٣١. ئەوانەی کە ئامۆژگارییەکانی من بە دڵسۆزی تەواوەوە بەکاربێنن و
ڕێگەی ئینکاری و عینادی نەگرنەبەر
لەکۆت و بەندی کردار ئازاد ئەبن.

٣٢. بەلأم ئەوانەی گاڵتە بەم ئامۆژگاریانە دەکەن و پشتگوێی دەخەن
لە نیعمەتی زانین و تەندروستی ئەقڵ بێبەهرە دەبن و شکست دەهێنن.

٣٣. تەنانەت پیاوی دانا وەکو سروشتی خۆی کاردەکات
کەواتە کاتێك کە سروشت بەوشێوەیە بیەوێت،
نەهێشتن و ڕێگیری چ سودێکی هەیە؟

٣٤. خۆشی یان ناخۆشی هەستەکان بەرامبەر بە شتەکان کارێکی سروشتییە
بەلأم نابێت بکەویتە ژێر دەسەلأتیان[١١٣]

[113] - بە کەماڵ گەشتووەکانیش کار دەکەن و ئازار و خۆشی و ناخۆشی دەچێژن بەلأم ئەوان دەزانن کە ئەوە لەشە دەیچێژێت نەك ئەوان، چونکە ئەوان لەش نییە.

چونکە خۆش و ناخۆش دوو دوژمنی پەیڕەوانی ڕێگەی حەقن.

٣٥. ئەنجامدانی ئەرکی سەرشانی خۆت ئەگەر چی بەتەواویش نەبێت

باشترە لە ئەنجامدانی ئەرکی سەرشانی خەڵك بەتەواوی

مردن باشترە لەڕێگەی ئەنجامدانی ئەرکی سەرشانی خۆت

چونکە شاندانە بەر ئەرکی خەڵك ڕێگەیەکی ترسناکە.

ئەرجونا وتی:

٣٦. کریشنا چییە ئەوەی کە مرۆڤ هان دەدات بۆ گوناح کە تەنانەت بەپێچەوانەی دڵیشیەوەیەتی؟

وەکو تۆ دەڵێیت کار بە زۆرە (کار ئیجبارییە)؟

کریشنا وتی:

٣٧. تەماع و توڕەییە کە لە شەهوەتە پەیدا دەبن

تەماع و توڕەیی[١١٤] تێرنەبوو سەرچاوەی هەموو گوناهە گەورەکانن

ئەم دوژمنانەی خۆت دیسان بناسەرەوە.

٣٨. بەو شێوەیەی کە دوکەڵ ئاگر دادەپۆشێت

وە تۆز ئاوێنە و

منداڵدانی دایك کۆرپەلە

٣٩. وەهاش تەماع زانین دادەپۆشێت[١١٥]

مەعریفەت بەو پەردەیە دادەپۆشرێت

---

[114] - تەماع حەزی بەدەستهێنانی زیادەیی و توڕەیی تیژڕەوی و زیادەڕەوییە لەبەدەستهێناندا.

[115] - چونکە لەڕاستیدا مرۆڤ پێویستی بە هیچ شتێك نییەو ئەو کاملە، ئەو لەش نییە تا پێویستی هەبێت و نابێت مرۆڤ خۆی بۆ حەزەکان بکوتێ.

ئەی کوڕی کۆنتی ئاگری سوکنایی نەهاتووی تەماع، دوژمنی هەتاهەتایی پیاوی دانایە.

٤٠. مۆڵگەی ئەم ئاگرە هەستەکان و دڵ و ئەقڵە

هەستەکان لەڕێگەی دڵەوە ئەقڵی مرۆڤ کە لە چوارچێوەی لەشدا دیلە، هەڵدەخەڵەتێنن و زانین و ڕوانینی ئەو تێکدەدەن.

٤١. کەواتە ئەی ئەرجونا کۆت بخەرە پێی هەستەکانت و

ئەم خراپکەرەی زانین و ئەم مرۆڤ کوێرکەرە لەناوبەرە.[١١٦]

٤٢. دەڵێن هێزی هەستەکان گەورەن

بەڵاّم دڵ لە هەست گەورەترە و

ئەقڵ لە دڵ گەورەترە و[١١٧]

گەورەتریش لە ئەقڵ گیانە،

٤٣. کەواتە ئەی پاڵەوان ڕۆح بە گەورەتر لە ئەقڵ بزانە و خۆت بەسەر خۆتدا زاڵ بەو دوژمنی سەرکەشی خۆت کە تەماعە لەناوبەرە.

---

116 - چەند عەیبە نەزانی کە لەبەرچی هاتوی

لەکوێوە بە چی بۆ چ نەبەردێك هاتووی

جەننەت چییە زانینە جەهەندەم گێلی

گێلی کە بە ژین وەك مەڕو گا ڕاهاتوی

117 - ئەقڵ بودهی(Buddhi) یە و دڵ ماناس (Manas)ە ، دڵ بە کۆی هەستەکان واتە هەستی شەشەم دادەنرێت و لە فەلسەفەی ئیسلامیدا بە (حس مشترك) ناوی براوە. گیانیش ئاتمان (Atman)ە کە بێسنور و هەتاهەتایی و نەگۆڕە.

"من ئەم یۆگایەم فێری ڤیڤاسڤات کرد

کە هۆکاری خۆشبەختی هەتاهەتاییە،

ئەو فێری (مانو) و مانوش فێری (ئیکشواکو)ی کرد"

کریشنا


www.astrovidya.com

فەسڵی چوارەم:
ڕێگەی زانین

کریشنا:

١. من ئەم یۆگایەم فێری ڤیڤاسڤات[١١٨] کرد کە هۆکاری خۆشبەختی هەتاهەتاییە،
ئەو فێری (مانوو)[١١٩] و مانووش فێری (ئیکشواکو)ی کرد.

٢. هەروا سنگ بە سنگ لەوانەوە بۆ پادشایانی دانا[١٢٠] گوێزرایەوە،
بەڵام ئەی پاڵەوانی دوژمن شکێن ئەم یۆگا دێرینە لە درێژایی سەدەگەلی دوورودرێژدا
لەبیر چوویەوەو فەرامۆشکرا،

٣. تا ئەمڕۆ کە من فێری تۆی دەکەم و،
ئەم ڕازە گەورەیە[١٢١] بە تۆ دەڵێم
چونکە دۆست و خۆشەویستی منیت.

ئەرجونا:

٤. کریشنا تۆ کە لەدوا (ڤیڤاسڤات) لەدایك بویت،
چۆن بڕوادەکرێت تۆ ئەم یۆگایەت فێری ئەو کردبێت؟

---

[118] - Vivasvan فریشتەی خۆر.

[119] - باوکی مرۆڤایەتی= Manu.

[120] - پادشای دانا=Raja Rishyah.

[121] - رازی گەورە=Mahatma Rahasyam.

کریشنا:

٥. ئەی شکێنەری دوژمن،[١٢٢] من و تۆ چەندەها جار لەدەروازەی بوون تێپەڕیوین و هاتووینەوە،

تۆ ئەم ڕووداوەت لەبیرچۆتەوە بەلاّم من هەموویم لە یادە.

٦. ئەگەرچی من بەتالّم لە لەدایکبوون و مردن[١٢٣]،

گەرچی من خودای بونەوەرم،

زالّم بەسەر سروشتی خۆمدا،

بەلاّم بەهێزی (مایا)ی خۆم دێمە ناوخەلّکی.

٧. ئەو کاتەی چاکەکاری ڕەونەقی خۆ لەدەست بدات و

خراپەکاری بالاّبێت،

من لەچوارچێوەی لەشدا دەردەکەوم و دێمە ناو خەلّکی.

٨. تا بنچینەی خێر بپارێزم و بنچینەی شەڕ لەبن دەربێنم،

من لە هەر خولێکی زەماندا پەیدادەبم تا دارمای ڕاستی بەرقەرارکەم.

٩. ئەوەشی بەڕاستی بزانێت کە من چۆن پەیدادەبم و چی دەکەم،

کاتێك لەکۆت و بەندی لەش ڕزگاری بوو، دەگات بە من و لە لەدایکبوونەوەی دووبارە بەتالّ دەبێتەوە.

---

[122] - شکێنەری دوژمن=Parantapa.

[123] - لەناونەچو، نەمردوو= Avyayah.

١٠. کەسێك کە خۆی لە ترس و شەهوەت و توڕەبوون بەتاڵ کردۆتەوە،
دڵی داوە بە من و پەنای بۆ من هێناوە،
لە ئاگری مەعریفەتدا پاکدەبێتەوەو دەگات بە من.
١١. لەهەر ڕێگەیەکەوە ئەگەر کەسێك من بپەرستێت،
لەهەمان ڕێگەوە پێداویستییەکانی فەراهەم دەکەم،
ئەم ڕێگە جیاوازانە هەمووی لەمنەوەن و بەرەو منن.
١٢. زۆر لە خەڵك قوربانی پێشکەش بە خودان دەکەن، تا لە کاری دونیادا پێشکەوتنیان دەست بکەوێت،
ئەم مەبەستە ئاسان بەدەست دێت وە لەهەمان شوێندا دەستدەکەوێت.
١٣. من چوار چینەکەم[١٢٤] بەپێی مەزاج[١٢٥] و کرداری جیاوازی خەڵك دروست کردووە.

١٤. لەگەڵ ئەوەشدا من بە پاك بزانە لەهەر کردارو گۆڕانێك.
من ڕەنگی کردار ڕەنگم ناکات و نیگەرانی بەرهەمەکەی نیم و
ئەوەشی من وەها بناسێت لە بەندی کردار دەچێتە دەر.
١٥. سالکانی تەریقەتی ڕزگاربوون[١٢٦]، ئەم ڕاستییە دەزانن و کرداری پێ دەکەن،
تۆش بەشوێن ئەواندا بڕۆو کار بکە.
١٦. تەنانەت داناکان سەرسامن و نازانن کردار چییەو تەرکی کردار چییە.
ئێستا با من پێت بڵێم کە کار چییە تا بە زانینی لە خراپەکان پاك ببیتەوە.

---

[124] - چوارچینەکە=catuh varnyam .

[125] - مەزاج= Gona.

[126] - سالکانی تەریقەت ڕزگاربوون= Mumukshubhi.

١٧. دەبێت بزانرێت چ کارێك بکرێت و چ کارێك نەکرێت و
وازهێنان لە کار چییە،
ناسینی هەقیقەتی کردار زۆر قورسە.

١٨. دانای ڕاستەقینەیە کەسێك کە لە کرداردا تەرکی کردارو[١٢٧] لە تەرکی کرداردا کردار ببینێت.

وەها کەسێك دەتوانرێت پێی بوترێت یۆگی کە کاری خۆی دەکات و دەگاتە پلەی ڕزگاری.

١٩. کاتێك ئەو کارێك دەکات نە وەهایە کە پلانێك دابنێت یان سودێك لەبەرچاو بگرێت،
کردارەکانی ئەو لە ئاگری زانستدا دەسوتێت و پاك دەبێتەوە.
داناکان وەها کەسێك بە حەکیم (دانا) ناو دەبەن.

٢٠. کەسێك کە حەزی بەرهەمی کاری فڕێ داوەو
گەشتووە بە قۆناغی ڕازیبوونی ڕەها،
پێویستی بە هیچ نییە،
ئەگەرچی بەردەوام کار دەکات، بەلاّم بەتالّە لە کار.

---

[127] - لێرەدا تەرکی کردار واتە کارنەکردن کە بە وشەی Akarma هاتووە و بەرابەرە بە تەریقەتی سانیاسا تیایدا کەسەکە پێی وایە ئەوە خودایە کار دەکات نەك ئەو و بەمەش وەك ئەوە وایە ئەو کارنەکات.. مانای سوتراکە ئەوەیە کە هەردوو ڕێگەی کارمایۆگا و سانیاسا یەکن و نابێت جیاوازی بکرێت لەنێوانیاندا، لەوانەیە ئەمە ڕەنگدانەوەی ئەو ناکۆکییە بێت کە لەنێوان سانیاساکان و کارمایۆگییەکاندا هەبووە و سانیاسەکان ئەوانیان بەوە تاوانبار کردووە کە کارمایۆگییەکان لەناوخەلّکدان و وەك ئەمان دوورنەکەوتوونەتەوە بۆ خواپەرستی لەناو ئەشکەوت و شاخەکان.

٢١. ئەوەی لە کۆتی حەزەکانی هاتۆتە دەرەوەو

ڕەشوەی کردۆتە ملی نەفس و دڵی خۆی و

وازی لە هەموان هێناوە،

وەها کەسێك گەرچی بە زاهیر هەموو ئەندامەکانی لە کاردان بەڵام لە واقیعدا

لە بەندی کردار ئازادە.

٢٢. وە هەرشتێکی بێهەوڵ و داوا دەست بکەوێت ڕازی دەبێت.

وە لە کۆت و بەندی دژەکان ئازاد دەبێت.

وە دەستکەوت و دەستنەکەوت یەکسان دەبینێ،

وەها کەسێك ئەگەر چی کار بکات

بەڵام بە زنجیری کار دیل ناکرێت.

٢٣. ئەوەی پەیوەست نییەو

لە بەندی چاك و خراپەدا نییەو

دڵی بە مەعریفەی منەوە گرێداوەو

هەرچی دەکات بۆ خودا دەیکات و

زنجیرەی کاری پچڕاوە.

٢٤. هەرچی بکات خودا دەیکات،

چاکەی ئەو هی خودایەو

قوربانی ئەو بەهۆی خوداو لە ئاگری خودادا دەسوتێ،

چونکە لەهەرکارێکدا کە دەیکات خودا دەبینێت،

دەگات بە خودا.

٢٥. هەندێ لە یۆگییەکان وەکو قوربانی، دیاریگەلێك پێشکەشی خوداکان دەکەن، ئەوانی تر نەفسی خۆیان لە ئاگری هەقدا دەسوتێن و ئەمە قوربانی ئەوانە.

٢٦. هەندێکیش گوێ و هەستەکانی خۆیان لە ئاگری خۆگرتنەوەدا قوربانی دەکەن و ئەوانی تر دەنگ و هەموو هەستپێکراوەکانی تر لە ئاگری هەستەکاندا قوربانی دەکەن.

٢٧. وە هەندێکیش هەموو چالاکییەکانی هەستەکان و هێزی ژیان دەرێژنە کڵپەی تەقوا کە لە ئاگری مەعریفەت بڵێسە دەسەنێت.

٢٨. وە هەروەها هەندێك ماڵ و سەروەتی خۆیان
یان زوهد و تەقوای خۆیان
یاخود ریازەت و عیبادەتی خۆیان،
پیاوچاکان و باوەڕداران خوێندنەوەی ڤیداکان و زانستەکانی خۆیان،

٢٩. وە هەندێکیش کە لە هەناسە ڕاگرتندا هەوڵیانداوە بە گرتنی ڕێگەی پڕانا (هەناسەیەك کە هەڵدەمژرێت) وە ئاپانا (هەناسەیەك کە دەدرێتەوە)،
پڕانا دەرێژنە ئاپاناوەو ئاپانا دەرێژنە پڕاناوە.[١٢٨]
وە ئەمە قوربانی ئەوانە.

٣٠. هەندێکیش بە کەمکردنەوەی خۆراك هەناسە قوربانی هەناسە دەکەن.

---

[128] - یەکبونی ئاپانا و پڕانا یەکێکە لە مەبەستەکانی هاتایۆگا کە لەڕێگەی ڕاهێنانی تایبەتی پرانایاما واتە کۆنترۆڵی هەناسەوە بەدەست دێت و بە یەکبوونی ئەم دوو هێزەی ناو لەشی وزەیی مرۆڤ، مرۆڤ چاوی مەعریفەی دەکرێتەوەو بەڕوونی ڕاست و ناڕاست لە یەکتر جیادەکاتەوەو دەتوانێ تەنانەت ژیانە یەك لەدوا یەکەکانی خۆی ببینێت.

٣١. ئەوەی لە خۆراکی پیرۆزی پاشماوەی قوربانی بخوات دەگات بە هەقیقەتی هەتاهەتایی.

ئەی گەورەی کوروەکان ئەوەی قوربانی نەکات لە بەخششی ئەم دونیایەش بێبەهرەیە چ بگات بە ئەودونیا.

٣٢. ئەمە هەموو شێوازی قوربانییەکانە بۆ گەیشتن بە هەقیقەت کە هەمووی لە ڕەگەزی کردارە.

ئەم خاڵە تێبگە کە بە تێگەیشتنی ڕزگارت دەبێت.

٣٣. قوربانی مەعریفەت لەهەموو قوربانییەکانی تر بەرزترە،

چونکە سەرەتای هەموو کارێك و کۆتایی هەر کارێك مەعریفەتە ئەی ئەرجوونا.

٣٤. کەواتە خۆبەکەمگرتن بکەرە پیشەو پشتێنی خزمەت لەپشت ببەستە تا ئەم مەعریفەتە بەدەست بێنیت،

عارفانێك کە گەشتونەتە دیداری هەق فێری تۆی دەکەن.

٣٥. وە ئەگەر ئەم مەعریفەیە بەدەست بێنیت ئیدی وەها پڕ گومان و دوودڵ نابیت و هەموو جیهان لە خۆت و لە منیشدا دەبینی.

٣٦. تەنانەت ئەگەر گوناهکارترین مرۆڤیش بیت

کاتێك سوار کەشتی مەعریفەت بوویت لە شەپۆلی گوناهەکان بەدوور دەبیت.

٣٧. ئەی ئەرجونا وەك چۆن ئاگری بڵێسەدار دار دەکاتە خۆڵەمێش،

ئاگری زانینیش هەموو کردارەکان ئەکاتە خۆڵەمێش.

٣٨. بەڕاستی لەهەموو جیهاندا هیچ شتێك نییە بتوانێت وەکو مەعریفەت پاکژکەرەوە بێت.

ئەوەی لەڕێگەی یۆگاوە بگاتە کەماڵ یەکسەر ئەم ڕاستیە تێدەگات.

٣٩. ئەوەی بڕوای هەیەو پەرۆشی مەعریفەیەو

ئەوەی کە هەستەکانی خۆی ڕامکردووە

مەعریفەت بەدەست دێنێت و

بە بەدەستهێنانی مەعریفەت دەگاتە ئارامی ڕەها.

٤٠. بەڵام ئەوەی نەزان و بێبڕواو دوودڵ بێت

دەفەوتێت،

چونکە ڕۆحی دوودڵ نە ئەم جیهانەی دەبێت و نە جیهانەکەی دیکەش

وە هەرگیز چاوی بەخۆشی ناکەوێت.

٤١. ئەگەر کەسێك لەڕێگەی یۆگاوە بگاتە مەقامی سانیاسا (تەرکی کردار)

وە بەهۆی مەعریفەتەوە ڕەگی گومان لەبن دەربێنێت

ئەوا دەبێتە خاوەنی ڕۆحی خۆی.

وەها کەسێك نابێتە بەندەی کردار ئەی دهانانجایا.

٤٢. کەواتە بە خەنجەری مەعریفەت ڕەگی گومان کە دروستکەری نەزانییە لە دڵ دەربێنە و

هەستە یۆگا بکە ئەی بهاراتا.

"سالكانی ڕێگەی كارمایۆگا، لەش و هۆش و بیرو هەستی خۆیان دەخەنە كار

بێئەوەی پەیوەستبن وە بە كردار دەگەڕێن بەشوێن دەروون پاكیدا"

كریشنا

فەسڵی پێنجەم:
ڕێگەی سانیاسا (تەرکی کردار)

ئەرجونا:

١. کریشنا تۆ جارێك باس لەتەرکی کار (سانیاسا) دەکەیت و جارێك ستایشی کردار (کارمایۆگا)،

ئەی کریشنا پێم بڵێ کامیان باشترن؟

کریشنا:

٢.لەهەردوو ڕێگەی کارما یۆگاو سانیاساوە دەتوانیت بگەیتە ڕزگاربوون، بەڵام لەنێویاندا کارما یۆگا باشترە لە سانیاسا.

٣.کەسێك دەگاتە سانیاسا کە لە بەندی دۆست و دوژمن بەتاڵ و لە کۆتی (دژەکان) ئازاد بێت.

ئەی چەکداری گەورە (ماهاباهوو) وەها کەسێك بەئاسانی دەتوانێت لە کۆت و بەند ڕزگاری بێت.

٢ منداڵ زانین بەجیا دەبینێ لە کردار نەك ئاقڵ.

بەڵاّم بەڕاستی ئەوەی یەکێکیانی هەبێت ئەوەی دیکەشی دەبێت.

٣ ئەو مەقامەی لەڕێگەی سانیاساوە پێی دەگەیت لەڕێگەی کارمایۆگاشەوە پێی دەگەیت.

کەسێك دەتوانێت لەم ڕاستیە تێبگات کە زانین و کردار بەیەك ببینیّ.

٤ ئەی ماهاباهوو گەیشتن بە مەقامی سانیاسا مەحاڵە تەنها لەڕێگەی کارما یۆگاوە نەبێت. وە ئەهلی تێڕامان کە ڕۆحیان لەکردار پاکبۆتەوە بە زوویی دەگەنە هەقیقەت.

٥ چونکە کەسێك نەفسی خۆی لەهەموو شتێك و لە بوونەوەرەکاندا ببینێت،

بە دڵێك کە کارکردن پاکی کردۆتەوەو لەشێك کەکۆنترۆڵ کراوەو

هەستگەلێك کە ڕام و لگاو کراوە،

ئەو ئەگەر چی کاربکات بەڵاّم ڕەنگی کاری لێوە نائالێت.

٦ عارف کە ڕۆحی لەگەڵ ڕۆحی هەق یەکە،

هەمیشە خۆی بەتاڵ لەکار دەبینیّ.

٧ ئەگەرچی ئەو دەبینیّ و دەبیستێت و لەمس دەکات و بۆن دەکات و دەخوات و دەڕوات و دەخەوێت و هەناسەدەکێشێت و قسەدەکات و بەجێدێڵێت

و دەگەڕێت و چاودەتروکێنێت و پێڵوو لێکدەنێت،

بەڵاّم باش دەزانێت کە ئەوە هەستەکانی ئەون کە هەستدەکەن.

٨ ئەوەی کردارەکانی ئازادبکات لە پەیوەستبوون، وە هەرچی بکات بیداتە پاڵ خودا، ئەوا لە لەناوچوون دەپارێزرێت وەکو گەڵاّی نیلوفەر کە لە خەتەری ئاو بەدوورە.

٩ سالکانی ڕێگەی کارمایۆگا، لەش و هۆش و بیرو هەستی خۆیان دەخەنە کار

بێئەوەی پەیوەست بن، وە بەکردار دەگەڕێن بەشوێن دەروونپاکیدا.

١٠ ئەوەی گیانی لەگەڵ گیانی هەقیقەت بووەتە یەك،
واز لە بەرهەمی کار دێنێت و
دەگات بە ئارامی ڕەها.
ئەوەشی کە ڕۆحی لە ڕۆحی هەق جیایە و
لەداوی سەرەنجامی کرداردایە،
دیلێکە کە بەشوێن حەزەکاندا کەمەنکێشە.

١١ وە ڕۆحێك کە هەستەکانی بەرەوخۆی ڕامکردبێت و
ڕەگی پەیوەستبوونی بەهەموو کردەوەکانییەوە بڕیبێت،
ئەوا لە شاری نۆدەرگای لەش[١٢٩] ئارامی دەست دەکەوێت و
نە کار دەکات و نە دەبێتە هۆی ئەنجامدانی کاریش.

١٢ کردار و ئەنجامدانی کردار لە ڕۆحەوە نییە.
سەرەنجامی کرداریش[١٣٠] بە ڕۆحەوە پەیوەست نییە.
ئەمە هەمووی پەیوەستە بە سروشتەوە.[١٣١]

١٣ وە ڕۆح کە دەوری هەموو شتێکی داوە خاوەنی چاك و خراپ نییە، زانین لە ڕوپۆشی نەزانیدایە و

[129] - مەبەست لە نۆ دەگرا: هەردوو چاو، هەردوو گوێ، هەردوو کونە لووت، دەم، کۆم، دەرچەی زاووزێ.

[130] - سەرنجامی کردار= Karmapala

[131] - پەیوەستبوونی کارماکان بە سروشتەوە= Svabhava.

ئەمە هۆکاری گومڕاهی خەڵکە.[132]

١٤ بەڵام کەسێك نوری مەعریفەت پەردەی نەزانی ئەوەی دڕیبێت، ئەو نورە وەکو خۆر دەدرەوشێتەوەو ڕاستی ڕووناك دەکاتەوە.

١٥ ئەقڵی ئەوو نەفسی ئەو هەقە (ئەوە)،

پەرستش و مەبەستی ئەو هەقە،

وە ئەو بە مەعریفەت پاك دەبێتەوە لەهەر پیسییەك و

پاش مردنیش دووبارە نایەتەوە ئەم دونیایە.

١٦ دانایانی ڕاستەقینە بە یەکسانی بڕەهمەنێك دەبینن

کە بە خشڵی زانین و تەوازوع ڕازاوەتەوە لەگەڵ گایەك یان فیلێك یان سەگێك

یان مرۆڤێکی سەگخۆر،[133]

هەموو شتێك لە زەمیری ئەم کەسانەدا یەکسانە.

١٧ تەنانەت لەم جیهانەدا بەسەر جیهاندا سەردەکەون،

وە چونکە هەق پاك و نەگۆڕاوە،

ئەم کەسانە لەناو زاتی هەقدا ئارام و قەرار دەگرن.

---

[132] - ئەم سوترایە ڕوون نییە، لەوانەیە مەبەستی ئەوەبێت کە ڕۆح هەڵگری زانابییەو ڕۆحیش پەنهانە بە مایا کە وەهمە و نەزانی. لەوانەشە مەبەستی مەبەست ئەوەبێت کە زانین لە نەزانین پەنهان بووە، بۆیە خەڵکی ڕۆح نابینن و گومڕاهن.

[133] - مەبەست لە سەگخۆر ئەو کەسانەن کە کراونەتە دەرەوەی کاستەکانی هیند، واتە لەدەرەوەی کۆمەڵگەن و نە برەهمی(پیاوی ئایینی) و نە کشاتریا و نە ڤایشیاڤا و تەنانەت نە شودریشن. واتە یۆگی تەواو جیاوازی ناکات لەنێوان چینەکانی کۆمەڵگەدا. لەڕاستیدا ئەمە هەوڵێکە بۆ نەهێشتنی جیاوازی کاستەکان لە هیندستان و یەکێکە لە مرۆڤانەترین بۆچوونەکانی کریشنا.

٢٠-٢١. عارف کە گەشتبێتە هەق بە دڵی ئارام و بەتاڵ لە دوودڵی،

نە بەخۆشی شادومان ببێت و

نە بەناخۆشی خەمباربێت،

بەدڵێکەوە کە لەبەرکەوتنی دونیای دەرەوە مردوو بێ هەستە،

خۆشی لە ڕۆحی خۆیدا[134] دەدۆزێتەوەو بەبیری هەمیشە هەق لە یاد

دەگاتە بڕەهمای گەورە (بڕەهمایۆگا).

٢٢ . ئەو خۆشیانەی کە لە شتەکان بەدەست دێن

تێکەڵی ئازارو مەینەتن، سەرەتا و کۆتاییان هەیە،

ئەی کوڕی کۆنتی مرۆڤی ئاقڵ دڵ بەو شتانە خۆشناکات.

٢٣. ئەوەی لەم جیهانە خاکییەدا پێش ئازادبوون لە قەفەسی لەش

لەبەرامبەر شالاوی شەهوەت و تووڕەبوون بوەستێت، مرۆڤی سەقامگیر و خۆشبەختە.

٢٥. ئەو یۆگییەی کە شادومانییەکەی لەناخی خۆیدا و

ئارامیەکەی لە دەروونیدا و ڕووناکییەکەی لەناو خۆیدایە،

دەگات بە هەق و نیرڤانا.

٢٦. مرۆڤە بێ کەموکورتییەکان

کە زنجیری دووانەیی و گومانیان پساندووەو

هەستەکانیان لگاوکردووە و

---

[134] - Anandam antaratman دۆزینەوەی خۆشی لە ڕۆحدا.

دڵخۆشی هەموو بوونەوەریان دەوێت،

تایبەتمەندی ئەوانەی بینەری خودان و لە نیرڤانا تێگەیشتوون بەوشێوەیەیە.[١٣٥]

٢٧. ئەم مرۆڤانە لەکۆتی شەهوەت و تورەیی ئازادن،

ئەوانەی نەفسیان کۆنترۆڵ و دڵیان ڕام کردووە و

گەشتون بە خۆناسین،

لە نیرڤانای ڕاستی تێدەگەن.

٢٧-٢٨. دەروازەی هەستەکانی بەرەو جیهانی دەرەوەی داخستووەو

چاوی بڕیوەتە نێوان هەردوو برۆو

هەلمژین و دانەوەی هەناسەی لەناو لوتدا ڕاگرتووە و

هەست و ئەقڵ و هۆشی ڕامکردووە و

دڵی لەلای ڕزگارییە و بەتاڵە لە حەزو ترس و تورەیی.

وەها کەسێك بەڕاستی ئازادێکی نەمرە.

٢٩. وەها مرۆڤێك کە بزانێت مەبەست لە ڕیازەت و قوربانییەکان منم،

وە خودای گەورەی هەموو عالەم منم،

وە یارو هاوڕازی هەموو جیهان منم،

دەگات بە سکون و ئارامی.

---

[135] - ئەوانەی لەنیرڤانا تێگەیشتون و خودا لەدڵیاندایە دڵخۆشی بونەوەریان دەوێت نەك شەڕ و ناکۆکی و خوێن و دوبەرەکی و تەقینەوەو کوشت و بڕ، ئەوانەشی تێنەگەیشتوون لە خودا و نیرڤانا، بەناوی خودا و نیرڤاناوە دەکوژن و دڵی خەڵکی ئازار دەدەن و خەبڵکی دەخەنە نەهامەتی و نائارامیەوە لەپێناو ئەوەدا کە ژیانی خۆیان خۆشتر و چاوی تەماعیان پڕ تر بکەن.

"یۆگا بەزۆرخۆری یان کەم خۆری بەدەست نایەت،
خەوی زۆر یان خەوی کەم تۆ ناگەیەنێتە یۆگا،
ئەوەی کە لە خواردن و ئارامی و کارو هەوڵ و خەوو
بێداریدا هاوسەنگی ڕابگرێت،
ئەوا یۆگا دەبێتە مایەی لەناوبردنی خەم و پەژارەی ئەو"

کریشنا

فەسڵی شەشەم:
تێڕامان

کریشنا وتی:

١. ئەوەی ئەرکی خۆی بێچاوبڕینە سودو پاداشت ئەنجام بدات، سانیاسی و یۆگی ڕاستەقینەیە.

نەك ئەو کەسەی کە ئاگری پیرۆز دانەگیرسێنێت و ڕێساکانی شەرع جێبەجێ نەکات.[١٣٦]

٢. ئەی کوڕی پاندوو، بەڕاستی مەقامی سانیاسا هەمان یۆگایە.[١٣٧]

چونکە کەسێك ناتوانێت لەسەر ڕێگەی یۆگا بڕوات ئەگەر حەزەکانی خۆی وازلێ نەهێنێ.

٣. وە ئەوەی کە ڕێبواری ڕێگەی یۆگا و شوێنکەوتەی پاککردنەوەی ناخ بێت، ئەوا کردار بۆی تەنها ڕێگەیە.

بەڵام کاتێك گەشتە ئەو مەقامە ئەوا بێبەری دەبێت لە کردار و

دەگاتە قۆناغی سکون و ئارامی ڕەها.

---

136 - واتە تەنانەت ئەگەر ئەرکەکەت بەجێهێنان و بلاوکردنەوەی شەرعیش بوو(کە یۆگییەکان زۆر ئەم کارە ناکەن) ئەوا ئەبێت بێ یەك و دوو ئەنجامی بدەیت.

137 - بە لێکدانەوەی محەمەد داراشکۆی کوڕی شا جیهانی هیند کە خۆی شێخی تەریقەتی قادریش بوو لە هیندستان، سانیاسا بەمانای وازهێنانە لەهەموو شتێ بێجگە لە خودا، بەلام هەموو شتێك پڕە لە خودا کەواتە لە بنەمادا واز لە هیچ ناهێنی، بەلام هیچ نابینیت لەو شتانەدا بێجگە لە خودا.. کەواتە سانیاسا و یۆگا (بینینی خودا لەهەموو شوێنێ) هەر یەکن و دەگەنە یەك مەبەست.

٤. بەڕاستی ئەو کاتە دەتوانیت بگەیتە چلەپۆپەی یۆگا[١٣٨] کە هیچ پەیوەستبوونێك بە هەستپێکراوەکان یان کردەوەکانەوە نەمێنیٚ و حەزەکان[١٣٩] دووربخرێنەوە.

٥. مرۆڤ دەبێت خۆی خۆی ئازادبکات نەك خۆی زەبوون و داماو،
چونکە دۆست و دوژمنی مرۆڤ خودی خۆیەتی.

٦. هەرکەسێك نەفسی خۆی ڕام کردبێت، نەفسی ئەو دۆستی ئەوە
ئەوەشی ڕەشوەی خۆی دابێتە دەست نەفسی سەرکەش ئەوە نەفس دوژمنی ئەوە.

٧. هەرکەسێك نەفسی ڕام و ئارام کردبێت
لە سەرما و گەرما و ڕەنج و شادی و قورسی و سوکی لەسەر یەك حاڵەت بمێنێتەوە

٨. وە ئەوەی لەڕێگەی زانین و حیکمەتەوە[١٤٠] دڵی تێربوبێت و لە قەلەقی دەروون ڕزگاری بووبێت و هەستەکانی خۆی ڕام کردبێت،
ئەوەی کە پارچەیەك خشت یان بەرد یان ئاڵتون لەبەرامبەریا یەکسان بێت،
وەها پیاوێك کە گەشتووە بە (حق الیقین) بە یۆگی ناودەبرێت.

٩. ئەوەی یارو یاوەرو دوژمن و بێلایەن
ئاشناو بێگانەو بە تەقوا و بێتەقوا
هەموو بە یەك چاو سەیر بکات
ئەوە گەورەیە.

---

[138] - yoga radha ئەوجی یۆگا، چلەپۆپەی یۆگا.

[139] - لێرەدا وشەی حەز بۆ سانکەلپا Sanlalpa ی سانسکرێتی دانراوە کە بەرابەرە بە حەز و داواکاری و ویستنەکان.

[140] - وەرگێڕ فارسی ئاماژەی بەوە کردووە کە وشەی زانین و حیکمەتی لە هەردوو وشەی سانسکرێتی jnana و vijnana ەوە تەرجەمە کردووە.

١٠. دەبێ یۆگی هەمیشە دڵی بە حەقەوە وابەستەبێت و
خۆی بکێشێتە کونجی تەنهایی و
بیر و لەش ڕام بکات و
لە کۆتی حەز و تەشویشی ماڵی دنیا بەتاڵ بێتەوە.
١١. ئەو کات لەسەر زەویەی پاك و گونجاو کە نە زۆر بەرزو نە زۆر نزم بێت، کەمێك گیای پیرۆز بڕێژێت،
پێستی ئاسکێك بخاتە سەری و بە قوماشێك داپۆشێت و لەسەری دابنیشێت.
١٢. پاشان ڕووی دڵی بکاتە هەق و
ڕەشوەی هەست و بیر بگرێتە دەست و
بەمەبەستی پاککردنەوەی دەروون یۆگا ئەنجام بدات.
١٣. ئەو ئەبێت لەش و سەروو گەردن ڕێك بکات و نەجولێت و چاوبڕێتە سەری لوت و سەیری دەوروبەری خۆی نەکات.
١٤. بە دڵی بە تاڵ و دڵنیاوە وەکو سەڵتەکان پشت بکاتە شەهوەت و بیر لە خەڵك نەکاتەوە و
هەموو فیکر و زیکری خۆی بخاتە سەر من.
١٥. یۆگی بە دڵی ڕام و بیری ئارامەوە
دەگاتە ئارامی و پاکی
دەکاتە نیرڤانای فراوان
ئەو ئارامی و پاکییەی کە لەزاتی مندایە.
١٦. یۆگا بەزۆرخۆری یان کەم خۆری بەدەست نایەت
خەوی زۆر یان خەوی کەم تۆ ناگەیەنێتە یۆگا

١٧. ئەوەی کە لە خواردن و ئارامی و کارو هەوڵ و خەوو بێداریدا هاوسەنگی ڕابگرێت، ئەوا یۆگا دەبێتە مایەی لەناوبردنی خەم و پەژارەی ئەو.

١٨. ئەگەر بیری کەسێك ڕام و ئازادبێت لە کێشمەکێشمی ئارەزووەکان و لە ڕۆحدا ئۆقرەبگرێت و

هەموو خۆی وەقفی خودا بکات،

ئەوە پێی دەڵێن یۆکتا (ئازاد).

١٩. مرۆڤی یۆگی کە بیری خۆی دابڕیوە لەهەموو کەسێك و خەریکی تێڕامانی نەفسە،

وەکو چرایەکە لە شوێنێکی پارێزراودا

کە با کاری لێناکات و

گڕەکەی نالەرزێنێ.

٢٠. ئەگەر دڵی کەسێك بچێتە بەندی تێڕامانەوەو بگاتە بێدەنگی، ئەوا بەخۆی خۆی دەبینێ و

لە خۆیدا شادومان دەبێت.

٢١. ئەو کات ئاسودەیی تەواو بەدەست دێت

ئاسوودەییەك کە لە دەسترەسی هەستەکان بەدوورە

کە تەنها لە ڕۆحدا دەدۆزرێتەوە.

٢٢. ئەگەر کەسێك بگاتە ئەو شادومانی و ئاسودەییە، ئیدی لە هەقیقەت دوور ناکەوێتەوەو

لە هیچی تر ناڕوانێت و

هەموو شتێکی تر بە کەم دەبینێ.

ئەو کەسەشی دەوڵەتی کەماڵی دەست بکەوێت

بە هیچ دژواری و خەمێك لەوێ ناچێتەدەر.

٢٣. ئەم بارە،

ئەم بارەی کە بێگانەییە بە ئازارو نائارامی بە یۆگا ناوزد دەکرێت

دەبێت ئەم یۆگایە بە هەوڵی تەواوو ویستی چەسپاوەوە ئەنجام بدرێت.

٢٤. ئەبێت حەزەکان کە زادەی داواکارییەکانی نەفسن، دووربخرێنەوەو هەستەکان لەهەر شوێنێك و لەسەر هەرشتێکن بکێشرێنەوە دواوە.

٢٥. پاشان بە ویستێکی بەهێزەوە دەبێت هەموو بیرو هۆش لەسەر خود دابنرێت و ڕووی دڵ بکرێتە خود و

٢٦. بیر لە هیچ شتێکی تر نەکرێتەوە

تا کەم کەم ئارامی دروست ئەبێت

وە هەر کاتێك بیرکردنەوەی ئاڵۆزو ناجێگیر ڕۆشت بۆ شوێنێکی تر، دەبێت ڕەشوەکەی بگریتە دەست و بیگێریتەوە ئیختیاری ڕۆح.

٢٧. بەڕاستی ئەو یۆگییە بە تەواوی ئاسودە دەبێت کە

لە دڵەوە ئارامی تەواوی بەدەستهێناوە و

ئاگری حەزەکانی خامۆش کردووە

وەهایە پیاوی گەشتوو بە حەق کە ئازادە لە هەرجۆرە ڕەنگێك.

٢٨. ئەو یۆگییەی کە لە ڕەنگی چاك و خراپ ئازادە و هەمیشە لە چاودێری و تێڕاماندابێت بە ئاسانی دەگاتە شادی بێکۆتا و ویساڵی حەق.

٢٩. وە لەو مەقامەدا کە دڵ خراوەتە چاودێرییەوە

هەموو شتێك یەکسان دەبینێ و

خۆی لەهەمووان و هەمووان لەخۆیدا دەبینێ.

٣٠. ئەوەی کە لە هەموو شتێکدا من ببینێ و هەموو شتێك لە مندا ببینێ

هەرگیز لە من جیانابێتەوەو

منیش هەرگیز لەو جیانابمەوە.
٣١. ئەوەشی لە مەقامی یەکبووندا من کە لە هەمووشتێکدام بپەرستیێ
بەهەر شێوەیەك بژی لەگەڵ من بێت
٣٢. وە ئەوەی کە لە خۆشی و ناخۆشی خەڵکدا
خۆی لەجێی ئەوان ببینێ
ئەوە یۆگی تەواوە.

ئەرجونا:
٣٣. ئەی کریشنا ئەم یۆگایەی تۆ دەیڵێیتەوە، ئەم باری یەکسان دانانی هەموو شتە بەڕای من مەحاڵە، چونکە زهنی ناجێگیری مرۆڤ لەگەڵی سازگارنییە.
٣٤. بەڕاستی ئەی کریشنا، بیری مرۆڤ ناجێگیر و سەرکەش و توندو لادەرە، ڕامکردنی زهن بەلای من ئەوەندە قورسە وەك ڕامکردنی (با) وایە.

کریشنا:
٣٥. ئەی پاڵەوان گومان لەوەدا نییە کە زهنی مرۆڤ ناجێگیرە و ڕامکردنی قورسە، بەلاّم بە ڕاهێنان[١٤١] و ناپەیوەستبوون[١٤٢] دەتوانرێت ڕام بکرێت.
٣٦-٣٧. گەیشتن بە یۆگا بە نەفسی بێ لغاوەوە زەحمەتە
بەلاّم کەسێك کە نەفسی ڕام بکات و
لەڕێگەی ڕاستەوە بڕوات، ئەوە مورادی ئاسان ئەبێت.

---

141 - ڕاهێنانی بەردەوام= Abhyasa .

142 - ناپەیوەستبوون = Vairagyah .

ئەرجونا:

٣٨. کەسێك کە ئیمانی هەبێت، بەڵام لەڕێگەی یۆگا لای دابێت و
نەتوانێت خۆی ڕام بکات و بە کەماڵی یۆگا بگات.
سەرەنجامی ئەو چی بەسەردێت؟
ئایا وایە کە کەسێك لەهەردوو ڕێگەی عیلم و عەمەل بێبەهرەبێت
لەسەر ڕێگەی حەق وەکو پارچەیەکی سەرگەردان و بێپەنایە؟

٣٩. کریشنا، ئەم گومانە لە دڵی من بێنەدەر
تەنها ئەم کارە لە دەستی تۆدێت.

کریشنا:

٤٠-٤٢. وەها کەسێك لە هەردوو جیهاندا فەوتاوو بێمایە نابێت
ئەی کوڕی پەریتها چۆن پیاوی چاکەکار گرفتار ئەبێت
ئەو کە لە یۆگادا سەرکەوتوو نەبوو
دەچێتە جیهانی چاکەکاران
ساڵانێك لەوێ دەمێنێتەوەو
پاشان لە خێزانێکی پاك و بەهێز دێتەوە دونیا
یا لە ڕەچەڵەکی یۆگییەکی دانا پەیدادەبێتەوە، کە ئەمەیان زۆر دەگمەن و دژوارە.

٤٣. ئەو کات ئەو ئاگایی و ئەزموونەی کە لە ژیانی پێویسدا کۆی کردبوویەوە بۆ گەیشتن بە حەق، بە دەست دێنێتەوەو زیاتر و زیاتر بۆ ڕێگەی کەماڵ تێدەکۆشێت.

٤٤. لەژێر ڕوناکایی ئەزموونی پێشووی خۆیدا، بیەوێت و نەیەوێت بەرەو ئەم ڕێگەیە ڕادەکێشرێت.

کەسێك کە هەوزای مەعریفەی یۆگا لەسەری دا

تەنانەت لە سنوری ڤیداکانیش زیاتر دەڕوات.

٤٥. بەم شێوەیەیە کە یۆگی بە کۆششی بەردەوام و پاککردنەوەی دەروون

بە درێژایی ژیانە یەك لەدوا یەکەکان

وردە وردە دەگاتە کەماڵ و دەگاتە مەبەستەکەی خۆی.

٤٦. کەواتە ئەی ئەرجونا یۆگا بکە

چونکە یۆگی لە ڕاهیبی گۆشەگیر بەرزتر و

لە پیاوی خوێنەوار بەرزترو

لە مرۆڤی عابید بالاترە.

٤٧. لەنێوان یۆگییەکانیشدا

ئەوەی کە ڕووی دڵی کردۆتە من و

دڵی بە ستایشی منەوە گرێداوە

بالاترینی ئەوانە.

"سەرەتای ئەم جیهانە من و کۆتاییەکەشی منم. ئەی ئەرجونا بێجگە لە من هیچ شتێك نییە"

کریشنا

فەسڵی حەوتەم:
خودا و جیهان

کریشنا:

١. ئەی کوڕی پەریتها گوێ بگرە لەوەی کە چۆن ئەگەر هەموو دڵت بدەیتە من و پەنا بە من بگریت، وە یۆگا بکەیت بێ هیچ گومانێك من دەناسیت وەکو ئەوەی کە هەم.

٢. من ئەم زانین و مەعریفەیە بە تۆ دەڵێم کە ئەگەر بیزانیت ئەوا هیچ زانینێکی تر نامێنێتەوە لە جیهاندا بۆ زانین.

٣. لەنێوان هەزاران کەس مەگەر یەکێك شوێن کەماڵ بکەوێت، وە لەنێو شوێنەکەوتەکانی کەماڵ مەگەر یەکێك من وەك خۆم بناسێت.[١٤٣]

٤. پراکریتی من لە هەشت ڕەگەزە، خاك و ئاوو ئاگر و با و فەزا و دڵ و ئەقڵ و منێتی.

٥. بەڵام ئەمە نزمترین ڕووکاری سروشتی منە، ڕووکاری بەرزتری ڕۆحە کە هۆکاری مانەوەی جیهانە. ئەم دوانە سەرچاوەی هەموو بوونن.[١٤٤]

---

[143] - ئەی تازە نەمام ئاوی دڵت ڕادێرە
قەت زوو نییە بۆ تەربیەتی دڵ زۆر دێرە
ڕێوی سیفەتە کەسێك دڵی مردوویێت
مردووش کە بێ زیندوو، بەڕاستی شێرە

[144] - شێخ محێدین ئیب عەرەبی لە کتێبی (فتوحات مکیە) لاپەڕە ٢٤٣ دەڵێت کە : قال أبو سعید الخراز ما عرف الله إلا بجمعه بين الضدين ثم تلا هُوَ الْأَوَّلُ وَ الْآخِرُ وَ الظَّاهِرُ وَ الْباطِنُ. ئەبوو سەعیدی خەراز

٦. سەرەتای ئەم جیهانە من و کۆتاییەکەشی منم. ئەی ئەرجونا بێجگە لە من هیچ شتێك نییە.

٧. هەموو جیهان بە منەوە وابەستەیە وەکو دەنکەکانی تەزبیح بە پەتەوە.

٨. تامی ئاو منم، ڕۆشنایی مانگ و خۆر منم، لە ڤیداکاندا وشەی ئۆم منم، دەنگی نێو بۆشایی منم، مەردی مەیدان منم.

٩. بۆنی خۆشی خاك منم، کڵپەی ئاگر منم، ژیانی زیندەوەرانم من، زوهدی زاهیدانم من.

١٠. بوونی هەتاهەتایی زیندەوەرانم من، هۆشی هۆشداران و شکۆی شکۆمەندانم من.

١١. هێزی هێزدارانم من، بەتاڵ لە حەز و شەهوەتم من، ئەی گەورەی بهاراتا ئارەزووی پیاوچاکانم من.

١٢. هەموو گۆرناکان لە ساتڤا و ڕاجاس و تاماس لەمنەوەن، من لەواندانیم و ئەوان لە مندان.

١٣. خەڵکی جیهان کە بە فێڵی شێوازە سیانییەکەی گۆناکان گرفتارن، من ناناسن کە لەم سنورانە بەرزترو لەولا دەستڕەسی مەرگ و لەناوچوونەوەم.

١٤. بەڕاستی زەحمەتە کەسێك بتوانێت لە ڕوپۆشی گۆناکان کە (مایا)ی ئیلاهی منە تێپەڕێت، تەنها ئەوانەی کە پەنا بۆ من دێنن دەتوانن لەم ڕوپۆشانە تێپەڕن.

١٥. خراپەکارانی هەڵخەڵەتاو بێمایە و بێبەرەن لە ئەقڵ، کە ڕێگەی ناڕاستی شەیتانەکان دەگرنەبەر و نایەن بەرەو من.

وتوویەتی خودا بە کۆکردنەوەی دژەکان نەبێت ناناسرێت و لەپاشاندا ئایەتی (ئەو سەرەتا و کۆتاییە و ئەو ناوەوەو دەرەوەیە)ی خوێند.

١٦. ئەرجونا، چوار گروپ لە چاکەکاران من دەپەرستن، ئازار چەشتووەکان، فێرخوازەکان، دەوڵەمەندەکان و عارفەکان.

١٧. وە لەنێوانیاندا پیاوی مەعریفە کە خۆی ڕامکردبێت و دڵی بەیەکێکەوە گرێدابێت، فەزیلەتی هەیە بەسەر ئەوانی تردا. من لای ئەو زۆر خۆشەویستم و ئەویش لای من زۆر خۆشەویستە.

١٨. ئەم چوار بەشە هەموو باش و پەسەند کراون، بەڵام پیاوی مەعریفە لەخۆمە، چونکە ئەو بە ڕامکردنی خۆی منی بە دوایین ئارەزووی خۆی داناوەو دڵی بە منەوە گرێداوە.

١٩. پیاوی مەعریفە پاش ئەوەی چەندینجار دێتە دونیاوەو دەژی من دەدۆزێتەوەو دڵ دەخاتە بەندی من. وە تێدەگات کە ئەوەی هەیە هەمووی ئەوە. بەڵام ئەم گەورە پیاوانە زۆر دەگمەنن.

٢٠. ئەوانەی ئەقڵی خۆیان سەرقاڵی هەواو هەوەس کردووە بەپێی ئەوەی لە ژیانەکانی پێشتردا کۆیان کردۆتەوە بەشوێن خوداکانی تردا دەڕۆن و ئەوان دەپەرستن.

٢١. هەرکەس بەبڕواو دڵسۆزییەوە لەسەر هەر ڕێگەیەك بڕوات من لەسەر ئەو ڕێگەیە سەقامگیری دەکەم.

٢٢. وە هەرشتێکی بە نییەتی پاکەوە بوێت دەیدەمێ، بەڕاستی ئەوە منم کە پێداویستییەکانی ئەو دابین دەکەم.

٢٣. بەڵام ئەوەی کەمهۆشەکان دەستیان دەکەوێت لەناو دەچێت، ئەوانەی خوداکان دەپەرستن دەگەنە خوداکان و پەرستشکارانی منیش دەگەنە من.

٢٤. مرۆڤە نەزانەکان لەسەرمەدیەت و گەورەیی من تێناگەن و لە چوارچێوەی لەش و وێنەدا دامدەنێن.

٢٥. من لەپشت پەردەی مایاوە لە چاوی زۆرینەی خەڵك بەدوورم، جیهانی هەڵەو نەزانی من ناناسێت کە کۆن و سەرمەدیم.

٢٦. ئەی ئەرجونا، من هەموو بوونەوەرەکانی و ڕابردوو ئێستا و داهاتوو دەناسم، بەڵاّم کەس من ناناسێت.[١٤٥]

٢٧. ئەی ئەرجونا مرۆڤەکان لە هەڵەدا دەژین، لەژێر کاریگەری شەهوەت و تورەبوونی خۆیاندا دەژین.

٢٨. بەڵاّم ئەو پیاوچاکانەی گوناهەکانیان پاکبۆتەوەو لە هەڵە تێپەڕیون، تێگەیشتوون لە جیهانی دوانێتی و بەوپەڕی سەقامیگرییەوە من دەپەرستن.

٢٩. بەڵاّم ئەوانەی بۆ ڕزگاربوون لە پیری و مەرگ ڕوو دەکەنە من، برەهما و ئادهیاتما و کارما باش دەناسن.

٣٠. وە ئەوانەی هەموو ماڵ و موڵك و قوربانییەکان بە هی من دەزانن تەنانەت لە حاڵەتی مردنیشدا من دەناسن، هەموو بیریان لەگەڵ من دەبێتە یەك.

145 - ئەم سوترایە لە پلەی یەکەمدا دەرخستنی زانایی و هەمـەگیری مەعریفـەی ئیلاهییـە، لـە پلـەی دووەمیشدا قیاسی ئەو مەعریفەیەیە بە زانینی مرۆڤ کە زانینی مرۆڤ لەچاویدا هێنـدە کەمـە وەك وایـە نەبێت. لە پلەی سێهەمیشدا زاڵبوونی تەواوی خودایە بەسەر زەماندا کە لەچوارچێوەی ئێستا و داهـاتو و ڕابردوودا ئاماژەی پێکردوە. لەلایەکی ترەوە لەوانەیە مەبەستی کریشنا ئەوەبێت کـە کـەس (مـن) واتـە خودای پاك و بێبەری لە سیفەت ناناسێت چونکە پێناسەنەکرا و پێناسە ناکرێت و بێسیفەت سیفەتی نییە بۆ ناسین. لەوانەشە مەبەستی ئەوەبێت کە کەس ئەو ناناسێت چـونکە بەیـەکبوون لەگـەڵ ئـەو دەگەینـە ناسینی ئەو، کاتێکیش یەکمان گرت لەگەڵی ئیدی نە من دەمێنێ و نە تۆ و نە ئەو تا بیناسین، ئەمـەش یەکبوونی ناسین و ناسراو و ناسەرە. لەوانەشە کریشنا کەس بە کەس دانەنێت تا ئەوەی ئـەو کەسـە بێـت بیناسێت واتە لەبەرامبەر کریشنادا هیچ کەسێك نییە تا بێت و ئەو بناسێت، چونکە هەمووی هەر ئەوە.

"ئەو یۆگییەی ئەمە بزانێت دەچێتە پشت ئەو پاداشتانەی کە دانراوە بۆ خوێندنی ڤیداکان و قوربانی و زوهدو چاکەکان و دەگات بە مەقامی بەرزی هەق"

کریشنا

فەسڵی هەشتەم:
گەورەیی بێسنور

ئەرجونا:

١. بڕەهمەن چییە؟ ئادهیاتما چییە؟[١٤٦] کارما چییە؟ ئەی کریشنا ئادهی بهوتا چییە؟[١٤٧] وە ئادهیدیڤا کامەیە؟[١٤٨]

٢. وە ئادهیاجنا لە لەشدا چییە؟[١٤٩] وە چۆنە لەکاتی مردندا، پارساکان چۆن تۆ دەناسن؟

کریشنا:

٣. بڕەهمەن زاتی لەناونەچوی گەورەیە و ئادهیاتما سەقامگیربوونی ئەوە لە لەشەکاندا و کارما ئەو هێزە ئەفرێنەرەیە کە بوونەوەرەکان دێنێتە ژیانەوە.

٤. ئەوەی لەناودەچێت ئادهی بهوتایە، وە ئەو ڕۆحەش کە لەهەموو بونەوەرەکاندا هەیە ئادهیدیڤیایە. ئادهیاجناش منم لەم قاڵبەی لەشدا.

٥. ئەوەی کاتی مردن بەیادی منەوە لەدونیا دەرچێت، کاتێ لە لەش جیابوویەوە دەگات بە من، وە لەمەدا گومان نییە.

---

146 - Adhyatma.

147 - Adhi bhuta واتە ڕەگەزە سروشتییەکانی وەکو با و ئاگر و ئاوو خاك و فەزا

148 - Adhi deva.

149 - Adhyajna.

٦. مرۆڤ لەکۆتا هەناسەیدا بیری لەسەر چی بوو دەگات بەوە، چونکە هەمیشە ئەوەی بیردەبێت.

٧. کەواتە ئەی کوڕی کۆنتی، هەمیشە منت لە یادبێت و بجەنگە و هەستە. دڵ و گیان بخەرە بەندی منەوە کە بێگومان دەگەیت بە من.

٨. ئەگەر کەسێك بە دڵ تێڕامبێنێت و بیری لەوانی تر دابڕێت، دەگاتە پوروشای بەرزو بڵند.

٩. ئەو پوروشایەی زانەری نهێنی و ئاشکرایە،
کۆن و بەتوانا و ناسکتر لە تیوارە،
پارێزەری هەموو جیهان،
کە لە خەیاڵدا هیچ وێنەیەکی بۆ نانەخشێنرێت،
خۆری گەشاوەی ئەو دیو تاریکییەکانە.[١٥٠]

١٠. ئەگەر کەسێك کاتی مردن وەها یادم بکات بە دڵ و یەقینەوە، وە بەهێزی یۆگا ژیان لەنێوان برۆکانیا بهێڵێتەوە، دەگاتە پوڕوشای باڵا و ڕووناك.

١١. ئەوی ڤیداییەکان بە لەناونەچووی دەناسن، سانیاسە سەقامگیرەکان ڕێگەی زوهدی بۆ دەگرنەبەر، بەکورتی پێت دەڵێم.

١٢. دەروازەکانی شاری لەش داخە، هەموو وردگەریت بخەرە سەر دڵ، هەناسە بکەرە سەرەوەو دڵ بخە تێڕامان.

١٣. ئۆم[١٥١] بڵێرەوە کە ناوی پیرۆزی برهمەنە، وە بەیادی منەوە ڕوو لە جیهان وەرگێڕە و واز لە لەش بێنە و ئەوکات دەگەیتە کەماڵی داواکراو.

---

[150] - لە سوترای ٨ و ٩ دا کریشنا دەیەوێت دیوەکەی تری خۆی وەسف بکات کە دیوە ناڕوونەکەیەتی، واتە ئەو دیوەیە کە وەسف ناکرێت و بەخەیاڵدا نایەت و ئەمەش جەوهەری خودایە کە کەس نەیناسیوەو ناشیناسێت. کریشنا لە گیتادا هەم خۆی وەك جەهەر دەناسێنێت و هەم وەك عەرز واتە وەك دەرکەوتە.

١٤. ئەی کوڕی پەریتا، یۆگی کە بە یەقینی تەواوەوە هەمیشەو بەردەوام منی لەبیر بێت، وە بێجگە لە من بیر لە کەس نەکاتەوە، بەئاسانی دەگاتە من.[١٥٢]

١٥. ڕۆحە خۆشەویستەکان کە گەشتوونەتە بالاترین پلەی کەماڵ و گەشتوون بە من، ئیدی ناگەڕێنەوە ئازارستانی پەرێشانی دونیا.

١٦. ئەی ئەرجونا، جیهانەکان هەموو هەر لە جیهانی بڕەهماوە[١٥٣] تا جیهانەکانی خوارتر ناچارن کە بگەڕێنەوە دونیا،

بەلاّم گەر گەشتیت بە من ئید گەڕانەوەیەك بوونی نامێنێت.

١٧. دانایان دەزانن کە ڕۆژی بڕەهما هەزار قەرن و شەوی بڕەهما هەزار قەرنە،.

١٨. کاتێك ڕۆژ هات شتەکان لە جیهانی شاراوەوە دەردەکەون، کاتێکیش بوو بە شەو دیسان دەچنەوە نێو پەردەی پەنهانی.

١٩. ئەی کوڕی پەریتها شتەکان بەو هەموو جیاوازییەوە چەند جارە و چەند جارە دێنە بوونەوەو

---

151 - ئۆم=OM .

152 - ئەوەیت کە بیری لێدەکەیتەوە، ئەگەر بیر لە پارەو ماڵ و سەیارە و لەزەتەکانی دونیا بکەیتەوە ئەوا بەدەستی دێنیت بەلاّم تۆ دەبیتە ئەوان و ئەوان لە تۆدا وزە پەیدا دەکەن، ئەگەر بیر لە جەنگ و ناخۆشی و نەهامەتی و بێزاری بکەیتەوە بەهەمان شێوە ژیانت پڕدەبێت لەو شتانە و دەگەیتە نەهامەتی و شەڕو بێزاری. بەلاّم ئەگەر بیر لە خودا و ئاشتی و ڕەهابوون و ئارامی بکەیتەوە ئەوا دەگاتە خودا و بەمەش زاڵدەبیت بەسەر بیرکردنەوەدا. هەربۆیە لە گیتادا وتراوە ساتێکم بیر بکەرەوە واتە بە ڕووناکی و ئارامی و پاکی و جوانی بیربکەرەوە.

153 - بڕەهما واتە دروستکار کە یەکێکە لە نازناوەکانی خودا، بەلاّم بڕەهمەن واتە خودای ڕەها کە مەبەست لە خودی پەروەردگارە، بڕەهما عرچ و بڕەهمەن جەوهەرە. بە وتەی محەمەد داراشکۆ بڕەهما بەرابەرە بە جبریل لە زاراوە ئیسلامییەکاندا و جبریلیش لە ئایینی مەسیحییەتدا بەمانای ڕۆحی پیرۆز هاتووە کە بەشێکە لە خودا یان دەرکەوتەیەکە لە دەرکەوتەکانی خودا، وە لە ئیسلامیشدا بە ڕۆحی خودا ناوی هاتووە.

لە قولاّیی شەویشدا بێویستی خۆیان لێك هەڵدەوەشێن و بە هاتنەوەی ڕۆژ دیسان دەردەکەون.

٢٠. بەلاّم لەپشت ئەم جیهانە پەنهانەوە بوونێکی لەناونەچووی تر هەیە کە لە چاوەکان پەنهانە،

کە ئەگەر هەموو جیهان لەناوبچێت ئەو فەنانابێت و

٢١. ئەم شاراوە هەتاهەتاییە بە کەماڵی مەبەست ناودەبرێت

کە ئەگەر پێی بگەیت ناگەڕێیتەوە،

ئەو شوێنەش شوێنی بەرزی منە.

٢٢. ئەی کوڕی پەریتها تەنها لەو ڕێگەیەوە دەتوانیت پێی بگەیت کە بە دڵ و بە گیان خزمەتی ئەوە بکەیت کە دەوری هەموو شتێکی داوە و هەرچی هەیە لەوەوەیە.

٢٣. ئەی سەروەری بهاراتا من پێت دەڵێم ئەگەر یۆگی پشتی کردە ئەم جیهانە

لە چ ڕێگەیەکەوە بڕوات ئەگەڕێتەوەو

لە چ ڕێگەیەکەوە بڕوات ناگەڕێتەوە.

٢٤. ئاگر، ڕۆشنایی، ڕۆژ، چواردەشەوی ڕوناکی مانگ،

ئەو شەش مانگەی کە خۆر بەرەو باکور دەڕوات،

ئەم ڕێگەیە ئەگەر عارفی ڕاستی بیگرێتە بەر دەگاتە هەق.[١٥٤]

---

[154] - بەگشتی مانای سوترای ٢٤ و ٢٥ ڕۆشنە و مەبەستی لەوەیە کە ڕێگەی تاریکی مرۆڤ دەگێڕێتەوە دونیا و ڕێگەی ڕووناکی بەرەو خودا دەبیات، بەلاّم لەڕاستیدا مانای چواردە شەوی ڕووناکی مانگ و چواردەشەوی تاریکی مانگ و ئەو شەش مانگەی کە خۆر بەرەو باشور یان باکور دەڕوات ئاشکرانییەو هەر کەسێك مانایەکی بۆ لێکداوەتەوە.

٢٥. دوکەڵ، شەو، چواردەشەوی تاریکی مانگ،
ئەوشەش مانگەی کە خۆر بەرەو باشور دەڕوات،
ئەو ڕێگەیەیە کە یۆگی ئەگەر لێوەی بڕوات دەگاتە مانگ و دەبێت بگەڕێتەوە.
٢٦. ئەمەیە دوو ڕێگەی هەتاهەتایی ڕووناکی و تاریکی کە
یەکەمەیان گەڕانەوەی نییە و
دووەمیان بە گەڕانەوە کۆتایی پێدێت.
٢٧. ئەی کوڕی پەریتها ئەگەر یۆگی ئەم ڕێگایانە بناسێت ناکەوێتە هەڵەوە،
کەواتە ئەی ئەرجونا لە یۆگا بەردەوامبە.
٢٨. ئەو یۆگییەی ئەمە بزانێت دەچێتە پشت ئەو پاداشتانەی کە دانراوە بۆ خوێندنی ڤیداکان و قوربانی و زوهدو چاکەکان و دەگات بە مەقامی بەرزی هەق.

"ئەگەر وا بکەیت لە بەندی کردار و پاداشتی چاك و خراپ
ڕزگارت دەبێت،
وە بەدڵی سەقامگیر و لەڕێگەی سانیاسادا هەنگاو دەنێیت
تا ئازاد دەبیت و دەگەیتە من"

کریشنا

فەسڵی نۆیەم:
نهێنی نهێنییەکان

کریشنا:

١. چونکە تۆ قیرسچمە و ڕەخنەگرنیت نیت، قوڵترین زانستت کە لەگەڵ حیکمەت و بینیندایە فێردەکەم، تا بە زانینی لە ئازارو میحنەتی گەڕانەوە بۆ دونیا ڕزگارت ببێت.

٢. ئەو زانینەی باڵاترین زانین و نهێنی نهێنییەکان و پاکترینی پاکترینەکانە کە لە زانینی ڕاستەوخۆو بێهۆکار دەست دەکەوێت. ئەو زانستە بەنرخەی کە ئاسان بەدەست دێت و کاتێکیش بەدەستهات بۆ هەتاهەتایە دەمێنێتەوە.

٣. ئەی پاڵەوانی دوژمن شکێن، ئەوانەی بڕوایان بەم ڕێگەیە نییە مەحرومن لە گەیشتن بە من، وە دووبارە دەگەڕێنەوە بۆ ئەم خولگەی فەنایە.

٤. بوونی نەبینراوی من هەموو بوونی لەخۆگرتووە، هەموو شتێك بە من دەوری دراوە و من بە هیچ شتێك دەورم نەدراوە.

٥. وە لەگەڵ ئەوەشدا هیچ شتێك لە مندا نییە،
نهێنییەکی سەرسوڕهێنەرە، کە زاتی من کە سەرچاوەی هەموو بوونە و
پارێزەری هەموو بوون، لەهەموو بوون جیایە و لەودا نییە.

٦. بەهەمان شێوە کە ڕەشەبا هەمیشە بەهەموو لایەکدا لە جوڵەدایە،
بەڵام هەمیشەش لە بۆشاییدا دەوری دراوە.
بوونەوەرەکانیش لەناو مندا دەورەدراون.

٧. ئەی کوڕی کونتی من هەموو بوونەوەرەکان لە کۆتایی هەر دەورێکدا دێنمەوە پڕاکریتی خۆم،

وە لە سەرەتای خولێکی تردا دووبارە دەیانهێنمەوە مەیدان.

٨. پڕاکریتی لەمنەوەیە و فەرمانەکەی بەدەست منە،

ئەوانیش کۆیلە و ژێردەستەی پڕاکریتین،

وە بە ناچاری هەرکاتێك من بیانئێرم ئەوا دەڕۆنە پێش.

٩. بەڵام ئەی ئەرجونا ئەم کارە من بەخۆیەوە سەرقاڵ ناکات،

چونکە هەمیشە بێئەوەی قازانجێکم بوێت یان پەیوەستبم لە شوێنی خۆمدا جێگیرم.

١٠. پڕاکریتی بە فەرمانی من هەموو شتێك لە زیندوو نازیندوو دێنێتە مەیدانی بوونەوە،

وە بەم شێوەیە ئەی کوڕی کۆنتی چەرخی دونیا دەست پێدەکات.

١١. نەزانان کە دەرکەوتنی من لە وێنەی مرۆڤدا دەبینن زاتی گەورەی من ناناسن، کە خودای هەموانم،

١٢. وە گرفتاری فێڵی دێوو شەیتانەکانن.

ئەوان ئومێدەکانیان بێهودەیە،

کاریان بێهودەیە،

زانینیان بێهودەیە و

بێبەهرەن لە ئەقڵ.

١٣. بەڵام ئەی کوڕی پریتا خاوەنانی ڕۆحی گەورە کە لە پڕاکریتی ئیلاهیدان من دەناسن وەکو سەرچاوەی هەتاهەتایی هەموو بوون

وە بە یەك دڵ و یەك ڕووەوە دەمپەرستن.

١٤. بە دڵی پڕ نزاو نیازەوە پشتێنی بەندایەتییان لەپشت کردووە و سوجدە بۆ من دێنن.

١٥. ئەوانەشی کە قوربانی زانین پێشکەش دەکەن و من دەپەرستن
هەندێجار لەهەموو شتێکدا من دەبینن و
هەندێجار جیا لەهەموو شتێك،
وە هەندێجار لە وێنەگەلی جیاوازدا.

١٦. زیکر و ئەوراد منم،
قوربانی منم،
ئەو چاکانەی بۆ چاکەکاران دەکرێن منم،
گیا و ڕۆن و مانترا و ئاگر و هەرچی دەکرێتە ناو ئاگر منم.

١٧. باوکی ئەم جیهانە و دایکی و باوەگەورەی و پارێزەری منم،
پاککەرەوەی هەموو شتێك منم،
تەنها شتێك کە دەبێت بزانرێت منم.
وشەی ئۆم منم،
ڕیگ و ساما و یاجور منم.

١٨. مەبەست منم،
بەرپاکار و پەروەردگار منم،
گەواە و قەرارگاە و یار منم،
بنچینەی بوون و لەناوچوون
سەرچاوەو تۆوی زیندووی ئەو منم.

١٩. منم کە گەرما دەبەخشم،

منم کە باران دەگرمەوە و

منم کە باران دەبارێنم.

سەرمەدییەت منم و

مردن منم،

بوون منم و نەبوون منم ئەی ئەرجونا.

٢٠. زانەرانی سێ ڤیداکە لەڕێگەی مندا قوربانی دەکەن و بە نۆشینی سۆما لە گوناهەکان بەتاڵ دبنەوە،

بۆ چوونە بەهەشت نزا دەکەن،

کاتێکیش چوونە جیهانی پاکی ئیندراوە، لە لەزەتە ئاسمانییەکانی فریشتەکان لە بەهەشتدا بەهرەمەند دەبن.

٢١. پاشان کاتێك لە بەخششەکانی جیهانی فراوانی سەروو هەقی خۆیان وەرگرت،

دووبارە دەگەڕێنەوە جیهانی لەناوچوون و فەنا.

بەم شێوەیە پەیڕەوانی ئامۆژگاری سێ ڤیداکە کە لە بەندی ئارەزووەکاندا گرفتارن ئاوا دێن و دەچن.

٢٢. بەڵام ئەوانەی هەموو دڵیان بە منەوە گرێداوەو بە دڵسۆزی تەواوەوە من دەپەرستن،

هەرچییان نەبێت پێیان دەبەخشم،

هەرچییەکیشیان هەبێت لەژێر پارێزگاری مندا دەبێت.

٢٣. تەنانەت کەسانێك کە خوداکانی دیکەش دەپەرستن و بەبڕواوە قوربانییان بۆ دەکەن،

ئەوانیش ئەی کوڕی کۆنتی لەڕاستیدا من دەپەرستن،

تەنها ئەوەیە لەسەر ڕێگەیەکی خوار دەڕۆن.

٢٤. چونکه خودای قوربانی و بەهرەبەر لێی منم،
بەڵام ئەوان چونکە بەڕاستی من ناناسن دووبارە دێنەوە ئەم جیهانە.
٢٥. ئەوانەی خوداگەلی جۆراوجۆر دەپەرستن دەچنەوە لای هەمان خودایان،
ئەوانەش کە پیاوچاکەکانی خۆیان دەپەرستن دەگەن بە پیاوچاکەکانیان،
ئەوانەش کە فریشتەکان دەپەرستن بە فریشتەکان و
پەرستشکارانی منیش سەرەنجام بە من دەگەن.
٢٦. وە ئەوەی بە بڕواوە گەڵایەك، گوڵێك، میوەیەك، یان کەمێك ئاو لەڕێگەی مندا ببەخشێت،
من ئەو دیارییە پڕ خۆشەویستی و پاکییە لەوان وەردەگرم.
٢٧. کەواتە ئەی کوڕی کۆنتی، هەرچی دەکەیت، هەرچی دەخۆیت و هەر قوربانییەك کە دەیدەیت و هەرچییەك کە دەیبەخشیت، وە هەر ڕیازەیەك[١٥٥] کە دەیکەیت بۆ من و بە نییەتی من بیکە.
٢٨. ئەگەر وا بکەیت لە بەندی کردار و پاداشتی چاك و خراپ ڕزگارت دەبێت،
وە بە دڵی سەقامگیر و لەڕێگەی سانیاسادا هەنگاودەنێیت
تا ئازاد دەبیت و دەگەیتە من.
٢٩. من بەرامبەر هەموان یەکسانم، لای من نە دۆست هەیەو نە دوژمن،
بەڵام ئەوانەی کە لەڕووی بڕواوە من دەپەرستن،
ئەوان لە مندان و منیش لەواندام.

---

[155] - مەبەست لەم ڕیازەیە ڕۆژوی خۆراك و ڕۆژوی قسە و خۆگرتنەوە لە جنس و دانیشتنی زۆرە بۆ وتنەوەی زیکرەکان و خەڵوەتکێشانە..

٣٠-٣١. تەنانەت ئەگەر گوناهبارێك بە بڕواوە من بپەرستێت دەبێت لە چاکان بژمێردرێت چونکە نییەتی ئەو پاکە، وەها کەسێك ئەی کوڕی کۆنتی بەزوویی بەرەو ڕێگەی ڕاست دەگەڕێتەوە و دەگاتە ئارامی ئەبەدی.

٣٢. تۆ دەتوانی بە ئازایەتییەکی زۆرەوە بڵێیت هەرکەسێك بڕوای بە من هەبێت هەرگیز فەنا نابێت. ئەی کوڕی پەریتا ئەوەی پەنا بۆمن بێنێت ئەگەرچی وەکو ژنان و ڤایشیاڤاکان و شودراکان لە چینە نزمەکان لەدایك بووبێت، دەگاتە کەماڵی تەواو.[156]

٣٣. ئیدی چ بگات بە بڕەهمەن و پیرۆزەکان کە لە خانەوادەی پادشاکان لەدایك بوون، کەواتە تۆ کە لەم غەمخانە ناجێگیرەی دونیادا هاتووی، من بپەرستە.

٣٤. دڵ بە خۆشەویستی من گۆش بکە، بڕوات پێم هەبێت، بە پیرۆز ڕامگرە و کڕنوشم بۆ بەرە، وە من بەتەنها مەبەستی خۆت بزانە تا بگەیت بە من.

156 - لەو سەردەمەی گیتای تیادا پەیدابووە ژنان و ڤایشیاکان و شودراکان بە کەمتر لە بڕەهمەنەکان دانراون، بەلاّم گیتا ڕەتی ئەمە دەکاتەوە و دەڵێت هەر کەس بێت بۆ لای من دەگات بە من.

"لەنێوان سزاکاندا شەللاقم،
لەنێوان سەرکەوتنەکاندا ڕێوڕەسمی موڵکایەتی و هونەری
ڕەعییەت پەروەریم، لە نهێنییەکاندا بێدەنگیم"

کریشنا

فەسڵی دەیەم:
دەرکەوتەکانی هەق

کریشنا:

١. دیسان گوێبگرە ئەی پاڵەوان،
ئەم وتە بەرزەی من ببیستە
کە بۆ خێر و چاکەی تۆ پێت دەڵێم
چونکە تۆ خۆشەویستی منی.

٢. نە خودایانی ئاسمانەکان ڕێگە دەبەن بە جەوهەری زاتی من،
وە نە زانا گەورەکان،
چونکە خودایان و دانایان هەموویان لەمنەوە پەیدابوون.

٣. ئەوەی من وەك خۆم بناسێت،
خودایەکی گەورە کە لەدایك نەبووە و سەرەتای نییە،
لە جیهانی فەنادا
لەکۆت و بەندی فریوو گوناه ئازاد دەبێت.

٤. تێگەیشتن و زانست، دڵنیایی و خۆڕاگری و ڕاستگۆیی،
کۆنترۆڵی هەستەکان و ئارامی[١٥٧]، شادی و ئازار، بوون و نەبوون،

٥. ترس و ئازایی، پشودرێژی و تەپەس و ڕازیبوون، زوهدو بەخشین،

---

157 - لە نوسخەکەی پڕابهوپادادا وشەی شاما(Shamah) هەیە کە مانای کۆنترۆڵی زهن دەگەیەنێت. بڕوانە لاپەڕە ٤٧٢.

بەدناوی و چاکناوی هەموو لەمنەوەیە.

٦. حەوت ڕیشیە گەورەکەی ڕۆژگاری کۆن، وە چوار مانوەکە لە منەوەن.

ئەوان هەموو لە بیری منەوە دروستبوون و

هەموو دروستکراوەکان لەوانەوە دروستبوون.

٧. ئەوەی بەڕاستی گەورەیی و جەلالی من بناسێت،

بە سەقامگیرییەوە لە یۆگادا پێم دەگات و لەمەشدا هیچ گومانێك نییە.

٨. بنچینەی هەموو شتێك منم و پەیدابوونی هەموو شتێك لەمنەوەیە،

وە دانایان بەم بیرەوە و بە دڵی پڕ لە خۆشەویستییەوە من دەپەرستن.

٩. ئەوان کەسانی خۆشحاڵ و ڕازین،

کە هەموو دڵ و هەستەکانی خۆیان وەقفی من کردووە و هەمیشە لەبارەی منەوە دەدوێن،

وە یەکتر ڕووناك دەکەنەوە.

١٠. -١١. ئەوانەی کە بەردەوام لەگەڵ منن و بە خۆشەویستییەوە دەمپەرستن،

دەستکەوتێکی وای زانینیان پێ دەدەم کە بتوانن منی پێ بدۆزنەوە.

وە بە لوتفی خۆم لە دڵیاندا مەنزڵ هەڵدەدەم و

تاریکی نەزانی لە گیانیان دوور دەخەمەوەو

چرای زانین لە دڵیاندا هەڵدەکەم.

ئەرجونا:

١٢. تۆ بڕەهمەنی گەورە، تۆ جێگیری باڵا، تۆ پیرۆزی گەورە،

تۆ پوروشای هەتاهەتایی، سەروەری خوداکانی،

تۆ لەدایك نەبوویت و بنچینە و سەرچاوەی هەموو بوونەوەرەکانی.

١٣. هەموو دانایان: نارادای گەورە، ئازیتا، دیڤالا، ڤیاسا وەهایان وتووە و خۆشت ئێستا هەر وا دەڵێیت.

١٤. کریشنا ئەوەی دەیڵێیت سەرانسەر ڕاستە و

ئەی بەدیهێنەری گەورە نە خودایان و نە دێوەکان ناتوانن پەی بە جەوهەرو دەرکەوتەکانی تۆ بەرن.

١٥. بەڕاستی کە خۆت خۆت دەناسیت، ئەی پوروشای گەورە و ئەی سەرچاوەی هەموو بوون.

١٦. ئەی خودای هەموو جیهان، ئەی خودای خودایان، ئەی بەدیهێنەر، تۆ خۆت دەبێت دەرکەوتەکانی خۆتم پێ بڵێی کە هەموو جیهانی لێ پڕبووە.

١٧. ئەی یۆگی، بە زیکری بەردەوام چۆن دەتوانم تۆ بناسم،

مەولای من لە دەرکەوتە جۆراوجۆرەکانی تۆ دەبێت بیر لە چی بکەمەوە.

١٨. چڵەپۆپەی دەرکەوتەکان و هێزی خۆتم بە دوورودرێژی بۆ باس بکە، چونکە تێرنابم لە بیستنی وشەکانی تۆ کە وەکو ئاوی ژیانن.



کریشنا:

١٩. ئەی گەورەی کوروەکان، ئێستا لە دەرکەوتە ئیلاهییەکانی خۆم چەند ئاماژەیەکت پێ دەدەم، چونکە بە دورودرێژی تەواوبوونی نییە.

٢٠. ئەی ئەرجونا ڕۆحی هەموو بوون منم،
سەرەتا و ناوەند و کۆتای هەموو شتێك منم.

٢١. لە ئادیتیاکاندا[158] ڤیشنۆم،[159]
لە ڕووناکییەکاندا خۆری ڕووناکم[160]،
من ماریچی[161] خودای بام،
لەنێوان هەسارەکاندا مانگم،[162]

٢٢. لەنێوان ڤیداکاندا ساما ڤیدا[163] و
لەنێوان خوداکاندا ئیندرام،[164]
لەنێوان هەستەکاندا دڵ[165] و
لەنێوان دروستکراوەکاندا ئەقڵم[166]،

٢٣. لە ڕودراکاندا[167] شیڤام[168]،
لە ئاکشا[169] و ڕاکشاساکاندا[170] کوبرام[171]،

---

158 - Aditiyas.
159 - Vishnu.
160 - Surya.
161 - Marichi.
162 - مانگ= Chandra.
163 - Sama Veda.
164 - Indra.
165 - Manas.
166 - Buddhi.
167 - Rudra.
168 - Shiva.
169 - Aksha.

له ڤاسوەکاندا[١٧٢] ئاگرم[١٧٣]،

له کێوەکاندا میروم.[١٧٤]

٢٤. له ڕۆحانییەکاندا بریهاسپاتی[١٧٥]،

و له گەورەکاندا سکاندام،[١٧٦] و

له شوێنە ئاوییەکاندا ئۆقیانوسم،

٢٥. له ڕیشییە گەورەکاندا بەرگهۆ[١٧٧] و

له وشەکاندا وشەی تاکی ئۆمم،

له قوربانییەکاندا جاپا [١٧٨]و

له کێوەکاندا هیمالایام.

٢٦. له درەختەکاندا درەختی بانیانم و

له عارفەکاندا نارادا[١٧٩]و

له گاندارڤاکاندا چیتراراتام[١٨٠]،

وە لەنێوان گەشتوەکان بە کەماڵ کاپیلای دانام[١٨١].

٢٧. له ئەسپەکاندا ئەخشراڤایام[١٨٢] کە لە ئاوی زولاڵی بەهەشتەوە لەدایك بووە و

---

170 - Rakshasa.
171 - Bhujanga.
172 - Vasu.
173 - Agni.

174 - کێوی میر و بەرابەرە بە کێوی قاف لە کوردی و فارسیدا..

175 - Brihaspati.
176 - Skanda.
177 - Bargho.
178 - Japa.
179 - Narada.
180 - Chitrarata.

181 - کاپیلا لە مێژووی هیندستاندا بە دامەزرێنەری فەلسەفەی سانکهیا ناوزەد کراوە، یان بەلانی کەمەوە ئەو سانکهیای پلەبەندی و ڕێکخستووە. بەلاّم لە مێژووی هیندستاندا دوو کاپیلا هەبوون کە نازانرێت کریشنا مەبەستی لە کامیانە.

لە فیلە گەورەکاندا ئایراڤاتام[١٨٣]، و

لە مرۆڤەکاندا پادشام.

٢٨. لە جۆرەکانی چەکدا هەورەبروسکەم،

لە گاکاندا کامادۆکم،

٢٩. لەنێوان مارەکاندا ڤاسۆکی[١٨٤]،

لە هەژدیهاکاندا ئاناتام[١٨٥]، و

لەگیانەوەرە ئاوییەکاندا ڤارونام، [١٨٦]

لە پێشینەکان ئاریاما[١٨٧] و

لە یاساپارێزەرەکان[١٨٨] یاما[١٨٩]و

لە جنۆکەکاندا پراهلادایام[١٩٠].

٣٠. لە پێوانەکاندا کاتم،

لەگیانەوەراندا شێری پادشایانم[١٩١]،

لە باڵندەکاندا من گارودام[١٩٢].

٣١. لە پاکژکەرەوەکاندا با و

لە جەنگاوەراندا ڕامام،

لە ماسییەکاندا نەهەنگم و

---

[182] - Akhshravaya.
[183] - Airavata.
[184] - Vasoki.
[185] - Ananta.
[186] - Varuna.
[187] - Arama ئاماژەیە بۆ لەقەبی ئاری .
[188] - Dharmas.
[189] - Yama.
[190] - پراهلادایا کەسێکی ئەفسانەییە لە جنسی ئاسوراکان کە دێوە ترسناکەکانن لە ڤیداکاندا.
[191] - Simha raja.
[192] - Garuda.

لە ڕووبارەکاندا گانگام.

٣٢. لە جیهانی بووندا سەرەتاو ناوەندو کۆتاییم،

لە زانستەکاندا خۆناسیم،

لە ئیستدلالەکاندا بەڵگەم.

٣٣. لە پیتەکاندا ئەلفم،

لە وشە دوانییەکاندا وشەی لێکدراوم،

من کاتی بێ کۆتاییم،

من ئەو بەدیهێنەرەم کە ڕووی لە هەموو شوێنێکە،

٣٤. من نەمرو هەمەگیرم،

منم کە هۆکاری هەموو دروستبوونێکم، هەر چی بووە و هەرچیش دەبێت.

٣٥. ناوبانگ و سەروەت منم،

قسەو یادەوەری و هۆش و جێگیری و خۆڕاگری منم،

لە سرودەکاندا بریهاتسامان و لە شیعرەکاندا گایاتریم[١٩٣]،

لە مانگەکاندا مارگاشیرشا و لە وەرزەکاندا بەهاری پڕ گوڵم.

٣٦. لە فێڵەکاندا قومارم،

هێزی بەهێزەکان منم،

سەرکەوتن منم، ئیرادە منم،

چاکەی چاکەکاران منم.

٣٧. لە ڤریشنیەکاندا کوڕی ڤاسودێڤام[١٩٤]،

لە پانداڤاکاندا ماجایای دانام،

---

193 - Gayatri.

194 - واتە کریشنام.

له ئەولیاکاندا ڤیاسام و

له شاعیرەکاندا ئوشانای قسەزانم.

٣٨. لەنێوان سزاکاندا شەللاقم،

لەنێوان سەرکەوتنەکاندا ڕێوڕەسمی مولکایەتی و هونەری ڕەعییەت پەروەریم،

له نهێنییەکاندا بێدەنگیم،

دانایی عارفانم.

٣٩. وه دیسان ئەی ئەرجونا تۆوی هەر شتێك که هەیه منم،

هیچ گیانەوەرو بێگیانێك ناتوانێت بێ من هەبێت.

٤٠. ئەی پاڵەوانی دوژمن شکێن (Parantapa)، دەرکەوتەکانی من کۆتاییان نییه،

ئەوەشی وتم ئاماژەیەك زیاتر نەبوو له گەورەیی بێ کۆتایی من.

٤١. له هەرشوێنێك گەورەیی و شکۆیەك هەبێت لەمنەوەیەو بەشێکه له من.

٤٢. ئەی ئەرجونا چ پێویست به قسەی دوورودرێژه

لەکاتێکدا جیهانی فراوانی بوون ڕاگیر به لەمحەیەك له بوونی من.

"ئەم دیدارە نە بەخوێندنەوەی ڤیداکان دێتە دەست وە نە بە خێر و قوربانی، بەلأم ئەوەی لە خۆشەویستیدا ڕاستگۆبێت دەتوانێت من بناسێت و بمبینێت و بگات بە من"

کریشنا

فەسڵی یانزە:
باسی دەرکەوتن

ئەرجونا:

١. وتەکانی تۆ دەربارەی ڕۆح (ئەم نهێنییە گەورەیە) کە بە لوتفی خۆت بۆت باسکردم منی لە سەرسوڕمانی نەزانی دەرهێنا.

٢. ئەی چاو نیلوفەر، ئەوەی وتت دەربارەی پەیدابوون و لەناوچوونە بوونەوەر و گەورەیی بێپایانی خۆت، هەموویم بیست.

٣. دەزانم ئەی پەروەردگاری گەورە، تۆ وەهایت کە وەسفی خۆت دەکەیت.
ئێستا ئەی پوروشای بالاّ دەمەوێت وێنەی ئیلاهیشت ببینم.

١٨ خودایا ئەی خوداوەندی یۆگا، ئەگەر دەزانی حەزو شەوقی ئەم دیدارەم هەیە، زاتی لەناونەچووی خۆتم پیشان بدە.

کریشنا:

١٩ بڕوانە ئەی کوڕی پەریتها وێنەکانی من بەشێوەی جیاواز جیاواز، بە سەدەها هەزار وێنە و ڕەنگی جیاواز.

٢٠ ئێستا بڕوانە ئادیتیاکان، ڤاسوەکان، رادراکان، ئاشۆناکان، ماروتەکان، وە سەیروسەمەرەی زۆر کە کەس نەیدیبێت ئەی نەوەی بهاراتا.

٢١ بڕوانە کە سەرانسەری جیهان لە جولاّوو نەجولاّو هەرچی کە دەتەوێت ئەی ئەرجونا، هەموان لە من پەیوەست پێکەوە ببینە.

٢٢ بەلاّم ناتوانی من بەم چاوانە ببینیت،
ئێستا دیدەی غەیب بینت پێچ دەدەم
تا بتوانی شکۆی ئیلاهی من ببینیت.

سانجایا:

٢٣ ئەی پادشا، سەروەرو گەورەی یۆگا ئەمەی وت و شێوەی بالاّی ئیلاهی خۆی نیشانی پارتها دا.

٢٤ ڕووخسارێك بوو بە ددان و چاوگەلی زۆرەوە، بە شتی سەرنجڕاکێشی سەرسوڕهێنەرەوە، وە بەگەوهەری ئاسمانی بێشومارەوە.

٢٥ بە چەندان چەکی هەلّکێشراوی ئاسمانییەوە، بە دەستە گوڵەوە، بە جلوبەرگی ئاسمانییەوە، بە عەتر گرانبەهای بەهەشتییەوە، سەرانسەر سەرسوڕهێنەر، بێسنورو هەمەگیر بوو....

٢٦ وەها کە ئەگەر هەزار خۆر لە ئاسماندا بەیەکجار هەڵچبیٚ لەوانەیە نموونەیەکی بچوك لە ڕۆشنایی ئەو گەورەیەبێت.

٢٧ لەویٚ کوڕەکەی پاندو، جیهانی بەهەموو بەشەکانییەوە بە یەك و پەیوەست پێکەوە بینی، لە چوارچێوەی خودای خوداکاندا.

٢٨ ئەو کات سەرسوڕماوو موو بەلەشییەوە ڕێك بوو، لە بەرامبەر خودادا کڕنوشی بردو دەست لەسەر سنگ و وتی:

ئەرجونا:

٢٩ ئەی خودا!!! بەڵیٚ هەموو فریشتەکان و هەموو شێوەکانی بونەوەر و
بڕەهما لەسەر تەختی نیلوفەر خۆیی و

هەموو ڕیشی و مارە ئیلاهییەکان لە تۆدا دەبینم !
٣٠ سەیری هەر شوێنێك دەکەم ڕووخساری ناکۆتای تۆ دەبینم،
وە قۆڵ و ورگ و دەموچاوانی زۆر دەبینم.
بەڵام ئەی خودای جیهان، ئەی ڕوخساری بێ کۆتایی، ناتوانم نە سەرەتا و نە ناوەند وە نەکۆتایی تۆ ببینم.
٣١ تۆ دەبینم بە تاج و دەستبەنەوە، چەکت بەدەستەوە وەکو پارچەیەکی بێسنور لە ڕووناکی پەخشی دەکەیتەوە بەهەموو لایەکەوە.
٣٢ ڕووناکی بێسنوری تۆ وەکو درەوشانەوەی خۆرو کڵپەی ئاگر چاوانم ئەبڵەق دەکات و لە سنورو تێگەشتنی بیر بەدەرە.
تۆ زاتی لەناونەچووی، تەنها بوونی شایستەی ناسین بیت.
تۆی مەبەست و پەنا جیهانیان،
تۆی پارێزەری هەتاهەتایی و پارێزەری یاساکانی جیهان،
تۆ پوروشای قەدیمی.
٣٣ وە من بەم شێوەیە تۆ دەبینم: ناکۆتا تا ناکۆتا، نە سەر و نە ناوەند و نە خوار، بەهێزی بێپایان و قۆڵگەلی بێشومارەوە، تۆ دەبینم کە خۆر و مانگ چاوەکانی تۆن،
وە ڕووخساری تۆ وەکو ئاگرێکی کڵپەدار کە هەموو جیهان گەرم ئەکاتەوە،
٣٤ بۆشایی نێوان ئاسمان و زەوی و هەموو ئەستێرەکان لە تۆ پڕ دەبینم، ئەی تواناداری ڕەها، هەرسێ جیهانەکە بە بینینی ڕووخساری ترسناك و سەیری تۆ دەلەرزن.
٣٥ کۆمەڵی خوداکان لە تۆوە دێن و
لەوپەڕی ترسەوە دەستەکانیان لێکناوەو سەری ڕێزت بۆ دادەنەوێنن.
وەکۆمەڵی عارفان و کاملان بە دەنگی بەرز ستایشی تۆ دەکەن و
بە مانتراکان تۆ بەگەورە دەگرن و نزا دەکەن.

٣٦ ڕودراکان، ئادیتیاکان، ڤاسوەکان، سادیاکان، ڤیشڤاکان، ئاشوناکان، ماروتەکان، ڕۆحی پیاوچاکان، گاندارڤاکان، یاکشاکان، ئاسوراکان[195]، سیدهاکان[196] و ئەوانی تریش هەموو بە بێدەنگی و سەرسوڕمانەوە چاویان لە تۆ بڕیوە.

٣٧ لە بینینی ڕووخساری بێقیاسی تۆ بە چەندان دەموچاوەوە ئەی بەهێز باسك،
بە چەندان بازوو ڕان و قاچ و ورگ و ددانگەلی ترسناکی بێشومارەوە،
هەموو جیهان نەغرۆی ترسە و منیش هەروەها.

٣٨ کاتێك سەیری تۆ دەکەم ئەی ڤیشنۆ کە سەرت لە ئاسماندایە و بە ڕەنگی جۆراوجۆر نور بلاودەکەیتەوە،

بە دەمی فراوان و کراوەوە، بە چاوانی پان و ئاگرینەوە، دڵم پڕدەبێت لە ترس و بێئارام و بێقەرار دەبم.

٣٩ کاتێك دەم و ددانە ترسناکەکانت دەبینم، وەکو لەحزەی مردن
چواردەوری خۆم لەبیر ئەچێتەوەو ئارامی لەدەست ئەدەم،
ئەی گەورەی خوداکان، ئەی پەنای جیهانیان ڕەحمم پێ بکە.

٢٦-٢٧. کوڕانی دەهریتاراشترا دەبینم
لەگەڵ کۆمەڵێك سەرکردە، بەهیشما، درۆنا، کارانا، جەنگاوەرانی ناودار
کە بە پەلە و ناچار بە دەمی ترسناکی تۆدا ڕۆدەچن و
هەندێك بەبێ سەر لەلای دانە ترسناك و ئاگرینەکانی تۆوە دەبینم.

٢٨. بەڕاستی وەکو لافاوی ڕووبار بەرەو دەریا،
ئەم پاڵەوانانەی جیهانیش بەرەو دەمی ئاگرین و قوڕگی تۆ دەکشێن.

---

[195] - ئاسوراکان Asuras دێوو شەیتانەکانن.

[196] - سیدها Siddha واتە ئەولیا .

۲۹. هەروەکو چۆن پەروانە بە پەلە خۆی دەگەیەنێتە کڵپەی ئاگر تا لەناوبچێت،
ئەم پیاوانەش بەرەو دەمی تۆ دەچن تا لەناوبچن.
۳۰. تۆش بە دەمی ئاگرینی خۆت لەهەموو لایەکەوە جیهان دەخۆیت و ئەوکات لێوەکانی خۆت دەلێسیتەوە.
۳۱. تیشکی ئاگرینی تۆ،
ئەی ڤیشنۆ هەموو جیهانی هێناوەتە سوتان،
سەلام لەسەر تۆ ئەی گەورەترینی خوداکان،
پێم بڵێ تۆ کێیت بەم ڕووخسارە ترسناکەوە؟
ڕەحمم پێ بکە دەمەوێت بتناسم.
ئەی یەکەمینی هەموو شتەکان،
من سەرم لە کاری تۆ دەرناچێت.

کریشنا:
۳۲. من کاتم،[۱۹۷] لەناوبەری جیهانم،
کە هەرکاتێك کاتیان هات هەموویان فەنا دەکەم.
۳۳. ئەگەر تۆ هەبیت یان نەبیت،
هیچ کام لەم جەنگاوەرانەی کە لەپشت ڕیزی ڕەشی دوژمنەوەن،
زیندوو نامێنن.
کەواتە ئەی ساویا ساچین[۱۹۸] هەستە و دەستهەڵێنە و ناوی لێبێنە،

---

197 - کات=Kalah.

198 - ساڤیا ساچین Savya sachin یەکێکە لە نازناوەکانی ئەرجونا و بەمانای کەسێك دێت کە لە مەیدانی شەڕدا بە لێزانییەوە تیر هەڵدەدات..

دوژمن بشکێنە و سامانێکی نەقد بەدەست بهێنە.
من هەموو ئەم پیاوانەم لەپێشدا کوشتوە و
تۆ هۆکارێك[١٩٩] زیاتر نیت.
٣٤. درونا، بەهیشما، جایادراتا، کەرەنا و جەنگاوەرەکانی تر هەموو پێشتر بەدەستی من کوژراون،
کەواتە دەست هەڵێنە و مەترسە و بجەنگە،
سەرکەوتن لەگەڵ تۆیە.

سانجایا:
٣٥. ئەرجونای تاجدار بە بیستنی ئەم قسانە لەپی دەستەکانی نا بەیەکەوەو کەوتە لەرزەو
کڕنوشی بۆ کریشنا برد و
لەترسدا بە دەنگێکی لەرزۆك وتی:

ئەرجونا:
٣٦. ئەی کریشنا بەڕاستی ستایشی تۆ جیهان دەخاتە شادی و شەوقەوە،
لە ترسی تۆ شەیتانەکان لەملا بۆ ئەولا ڕادەکەن،
وە کامڵەکان لەبەرامبەرتدا سەری گەورەیی دادەنەوێنن.
٣٧. بۆچی وانەکەن؟! بۆچی سەر بۆ نزای تۆ نەوی نەکەن،
ئەی ئەو خودا گەورەیەی کە تەنانەت لە بڕەهماش گەورەتری،
ئەی هۆکاری یەکەم،

---

[199] - هۆکارێك بەدەستی خوداوە= Nimitta matram.

ئەی بوونی ناکۆتا،
ئەی گەورەی خوداکان،
ئەی ئارامگای جیهانیان،
تۆ لەناونەچوویت،
بوون تۆی،
نەبوون تۆی،
هەرچی لەودیو بوون و نەبوونەوەیە تۆی.[٢٠٠]
٣٨. تۆ یەکەمین خودایت ئەی پورروشای کۆن،
ئەی مەخزەنی باڵای بوون،
جیهان تۆی،
تۆی زانراو
تۆی مەبەستی داواکراو،
ئەی ڕووخساری ناکۆتا جیهان پڕە لە تۆ.
٣٩. ڤایو، یاما، ئاگنی، ڤارونا، شاشانکا، پڕاجاپاتی، باوەگەورەی هەموویان تۆیت،
سڵاو لە تۆ هەزاران سڵاو لە تۆ،
دیسان سڵاو لە تۆ سڵاو لە تۆ.

---

200 - خەیام و حافز و فانی بە بەندەت
کە هەر تۆی خاوەنی شاباڵی وەحدەت
ئەرێ سوڵتان و شاهی کام وڵاتی
سنورت بۆ نیە دووری لە کەسرەت. (وەرگێڕی کوردی)

٤٠. سەلام لەسەر تۆ لەپێش و لەپاش،
سەلامت لێبێت لە هەموو لایەکەوە ئەی هەموو تۆ،
تۆ بەهێزی ناکۆتا و توانای بێسنوری،
لەهەموو شوێنێك هەیت،
کەواتە هەموو تۆیت،
هەندێجار تۆم بە کریشنا و هەندێجار بە یاداڤا بانگ کردووە،
یان بەناوی دۆست لەگەڵت دواوم،
هەموو لە نەزانی یان لە خۆشەویستییەوە بووە،
چونکە تۆم وەك هاوڕێ دەبینی و لە گەورەییت بێئاگا بووم.
ئێستا ئەی زاتی ڕاگیر و باڵاتر لە قیاس،
هەر بێڕێزییەکم بەرامبەرت کردبێت،
چ لەکاتی ڕۆشتن و چ لەکاتی خەوتن،
چ بەدانیشتنەوە و چ لەکاتی خواردن،
چ تەنها و چ لەناو خەڵکی،
داوای لێبوردن ئەکەم و ئەمەوێت لێم خۆشبیت،
تۆ باوکی هەموو ئەوەی کە لە جیهاندایە،
گیاندارو بێگیان،
تۆ شایەنی ستایشی ئەی سەروەری سەروەران،
لە هەرسێ جیهانەکەدا هیچ شتێك نییە وەکو تۆ،
کێیە بەرزتر لە تۆ ئەی خاوەنی گەورەیی بێئەندازە.

ئەی خودای ستایش کراو کڕنوش بۆ تۆ دێنم و بەخشینی تۆم ئەوێت.[201]

٤١-٤٢. ببەخشە ئەی خودا،

وەکو باوکێك کە کوڕەکەی دەبەخشێت،

یان هاوڕێیەك کە هاوڕێ خۆشەویستەکەی دەبەخشێت،

یان مەعشوقێك کە عاشقەکەی دەبەخشێت.

٤٤-٤٥. گەرچی من زۆر شادومانم بەوەی شتێکم دیوە کە پێشتر نەمدیبوو،

بەلاّم دلّم بە پرتاو لێدەدات و خەریکە لەترسان هەپرون ئەبێت،

ئەی خودایا یەکجاری تر ڕووخساری خۆتم پیشان بدە،

ڕەحمم پێ بکە ئەی گەورەی خودایان،

ئەی جێگیر لەهەموو جیهاندا.

٤٦. دەمەوێت دیسان تاج بەسەر و چەك و زنجیر بەدەست تۆ ببینم،

لە وێنەکەی پێشوتدا، لەو وێنەیەدا کە چوار پەلت هەبوو،

ئەی هەزار دەست، ئەی وێنەی جیهانگیر.

کریشنا:

٤٧. ئەی ئەرجونا، ئەو ڕووخسارە فراوانەی خۆم بە لوتفی خۆم و هێزی ئیلاهی خۆم، نیشانی تۆ دا،

ئەو ڕووخسارە پڕ بەرەکەتە و جیهانگیرە بێسنورە ئەزەلییەی کە پێش تۆ کەس نەیدیبوو.

---

201 - لەبەرچی وەسفی تۆ کەم تۆ حەیاتی

لە مردن دووری سولّتانی مەماتی

لەپشت وەسف و نیشان و وێنەوەی تۆ

هەزاران ڕەنگ و وێنە و شێوەهاتی. (وەرگێڕی کوردی)

٤٨. ئەی پاڵەوانی گەورەی کوروەکان، پێش تۆ کەس نەیتوانیوە ڕووخساری من ببینێت،
نە بە خوێندنەوەی ڤیداکان،
نە بە قوربانی و نزا،
وە نە بە خێر و ڕیازەت.
٤٩. مەتۆقە و پەرێشان مەبە کە ڕووخساری من بەو شێوە ترسناکە دەبینی،
ئێستا ترس لەلایەك دابنێ و بە دڵی شادومانەوە دیسان سەیرم بکە.

سەنجایا:
٥٠. کریشنا وای وتو ڕووخساری خۆی پیشانی ئەرجونا دایەوە،
وە زاتی گەورە کە ڕووخساری میهرەبانی گرتبووە خۆی،
دڵی ئەرجونای بەیەکجار لە ترس بەتاڵ کردەوە.

ئەرجونا:
٥١. ئێستا کە تۆم لەم شێوە مرۆییەدا بینی،
ئەی کریشنا،
مێشکم هاتەوە سەر خۆی و دڵم ئارام بوویەوە.

کریشنا:
٥٢. زۆر دژوارە کەکەسێك بتوانێت ئەم ڕووخسارەی من ببینێت،
تەنانەت فریشتەکان بەردەوام بەو ئاواتەوەن.

٥٣-٥٤. ئەم دیدارە نە بەخوێندنەوەی ڤیداکان دێتە دەست
وە نە بەخێر و قوربانی،
بەڵام ئەوەی لە خۆشەویستیدا ڕاستگۆبێت
دەتوانێت من بناسێت و
ببینێت و
بگات بە من.

٥٥. ئەوەی کار بۆ من بکات و
چاوی دڵی بڕوانێتە من و
هەموو ئارەزووەکانی من بم
ئەوەی بێ هیچ پەیوەستبوونێك بپەرستێت و
لەگەڵ هیچ دروستکراوێك دوژمنایەتی نەکات
وەها کەسێك ئەی ئەرجونا دەگات بە من.

"ئەی کوڕی پەریتها،
ئەوانەی من دەپەرستن و هەموو کاری خۆیان دەسپێرن بە من وە
من ئەکەنە مەبەستی داواکانیان،
هەموو دڵیان وەقفی زیکر و پەرستشی من دەکەن
من بێدواکەوتن ئەوان لە دەریای مەرگباری ژیان ڕزگار دەکەم"

کریشنا

فەسڵی دوانزە:
بهاکتی یۆگا (ڕێگەی خۆشەویستی)

ئەرجونا:

١. لەوانەی کە لەڕێگەی کردار و خۆشەویستییەوە تۆ دەپەرستن
وە ئەوانەشی کە زاتی نەمردووی باڵای تۆ دەپەرستن
دەتوانرێت کامیان لە یۆگادا بەبەرزتر بناسرێت؟

کریشنا:

٢. ئەوەی ڕووی دڵی کردۆتە من و بەوپەڕی خۆشەویستییەوە و بە بڕوایەکی تەواوەوە من بپەرستێت لە یۆگادا بەرزترە،

٣. بەڵام ئەوانەشی کە زاتی نەمری وەسفنەکراوی بەرز، دەوروەدەری شتەکان، بەرزتر لە بیر، نەگۆڕ، دائیمی و هەتاهەتایی دەپەرستن وە

٤. بەکۆنترۆڵی تەواوەوە بەسەر هەستەکانیاندا هەموو شتێك بە یەکچاو دەبینن و شادومانن بە خێری خەڵك،
بێگومان ئەوانیش دەگەن بە من.

٥. کاری ئەوانەی کە بیری خۆیان لە خودای نەبینراودا کۆدەکەنەوە، قورسترە، چونکە گەڕان بەشوێن خودای نەبینراودا بۆ کەسێك کە لەچوارچێوەی لەشدا دیلە زۆر دژوارە.

٦. ئەی کوڕی پەریتها ئەوانەی من دەپەرستن و هەموو کاری خۆیان دەسپێرن بە من و
من ئەکەنە مەبەستی داواکانیان،
٧. وە هەموو دڵیان وەقفی زیکر و پەرستشی من دەکەن،
من بێدواکەوتن ئەوان لە دەریای مەرگباری ژیان ڕزگار دەکەم.
٨. ها ... دڵ لە یادی مندا نغرۆکە و
بیرت بخەرە سەر من
تا پێش مردن لەمندا بژیت.
٩. بەڵام ئەی ئەرجونا ئەگەر نەتوانی لەمندا نغرۆ ببی
لەڕێگەی (ئادیاسا)ەوە بڕۆ تا سەرکەویت
١٠. وە ئەگەر ناشتوانی ئادیاسا بکەیت
لەکاردا تێکۆشە و نییەتی لێبێنە کە هەرچی بکەیت بۆ منی بکەیت
چونکە بە کارکردن بۆ من دەگەیتە من.
١١. وە ئەگەر ئەوەشت نەتوانی
خۆت بسپێرە بە من
تەرکیز بکەرە سەر نەفسی خۆت و
ڕوو وەرگێڕە لە پاداشتی کردەوەکانت.
١٢. بەڕاستی مەعریفە باڵاترە لە ئادیاسا و
وردبوونەوە (تفکر) لە مەعریفە باڵاترە و
وازهێنان لە بەرهەمی کاریش باڵاترە لە وردبوونەوە
چونکە پاش ئەوە ئیدی بەزوویی ئارامی بەدەست دێت.
١٣. ئەوەی ڕقی لە هیچ دروستکراوێك نەبێ و

لەگەڵ هەموو دروستکراوەکاندا هاوڕێ و میهرەبان بێت،
ئەوەی کە لە بیرکردنەوە لە (من) و (ماڵی من) ڕزگاری بووبێت،
ئەوەی ڕەنج و شادی یەکسان ببینێت و
بە خشڵی خۆڕاگری و ڕازیبوون ڕازابێتەوە.
١٤. ئەوەی کە بەردەوام ڕازییە و وردگەرە لە سەر نەفسی خۆی،
ئەوەی بە ئیرادەیەکی بەرزەوە دڵ و هۆشی خۆی لەمندا دەتوێنێتەوە
ئەوە منی خۆشدەوێت و لای من زۆر بەڕێزە.
١٥. ئەوەی کە چاوەڕێی هیچ نییە،
ئەوەی پاکەو لەکاردا چست و چالاکە و
چاوی لەسەر خەڵکی نییە و
دڵی بەتاڵە لە پەرێشانی و
تەدبیری کاری دونیای بەلاوەناوە و
دڵی وابەستەیە بە منەوە
ئەوە لای من زۆر بەڕێزە.
١٦. ئەوەی شادی و خەم و توڕەیی و تەماع ڕێی تێ نابات
ئەوەی چاك و خراپی بەجێهێشتووەو
ڕووی دڵی کردۆتە من
ئەوە لای من زۆر بەڕێزە
١٧-١٨. ئەوەی لەگەڵ دۆست و دوژمن و سوك و ڕێزدار یەکسانە
ئەوەی گەرما و سەرما و شادی و ڕەنج یەکسان ببینێت
ئەوەی دڵی لە پەیوەستبوون داماڵیوە،
١٩. پیاهەڵدان و تانە بە یەکچاو دەبینێ

ئەوەی بێدەنگی کردۆتە پیشە و
بە کەم و زۆری ئەم جیهانە ڕازییە،
ئەوەی کە هەموو شوێنێ کۆشکی ئەوە
وە هیچ شوێنێك کۆشکی ئەو نییە و
بەناوبانگە بە هێزی بیر و سەقامگیری بڕوا
ئەوە لای من زۆر بەڕێزە.
٢٠. ئەوانەی پەیڕەوی ئەم دانابیە هەتاهەتاییە دەکەن
بە بڕواو متمانەی تەواوەوە
من بە تەنها داواکاری خۆیان بزانن
لای من بەڕێزترینن.

"کەسێك کە خودا بە یەکسانی لەهەموو شوێنێك ببینێت و خۆی بە خراپ نەزانێ، سەرەنجام دەگاتە ئەو کەماڵەی بەشوێنیدا دەگەڕا"

کریشنا

فەسڵی سیانزە:
لەش و ناسەری لەش

ئەرجونا:

١. پڕاکریتی و پوروشا چین؟ کشترا[٢٠٢] چییە و کشتراجنا[٢٠٣] کێیە؟

زانین چییە و زانرا و چییە؟

ئەی کریشنا دەمەوێت هەموو ئەمانە بزانم.

٢. ئەی کوڕی کۆنتی، لەش (کشترا)یە و ناسەری لەش (کشتراجنایە) ئەوەیە کە دانابێت بە لەش.

ئەی بهاراتا، بزانە من زانام بەهەموو لەشەکان

زانینی ڕاستەقینەش پێکدێت لە

ناسینی لەش

وە ناسینی ناسەری لەش.

٣. ئێستا بەتەواوی گوێم لێبگرە کە گشت لەش چییەو چۆنەو گۆڕانکارییەکانی چین.

ئەسڵەکەی کامەیەو کێ ناسەریەتی و هێزەکانی چین؟

---

[202] - کشترا Kshtra بەمانای مەیدان یان ساحە یان شوێن یان لەش دێت و کوروکشتراش ئەو شوێنەی جەنگەکەی لێدەکرێت بەمانای مەیدانی کوروەکانە یان خاکی کوروەکانە کە هەمان لەشی مرۆڤەکانە.

[203] - ئەمە سیفەتی پیاوی دانایە کە پێش کردەوە بەئاگاییەوە دەیەوێت بزانێت چی دەکات و چی ناکات.

٤. ڕیشیەکان لەو مانترا و سرودانەدا کە بۆ بڕەهمەن وتراون،
بەشێوەی جۆراوجۆرو بڕواپێکەر باسی ئەمەیان کردووە.

٥. پێنج ڕەگەزەکە، منێتی(ئاهەنکارە)، ئاڤیکتا، پێنج هێزی هەست، پێنج هێزی کار، دڵ و پێنج بابەتەکەی هەست.

٦. حەز ، تووڕەبوون، لەزەت، ئازار، هێزی یەکخستن، هۆش و ئیرادە
ئەمەیە کورتەی لەش و گۆڕانکارییەکانی.

٧. خۆبەکەمزانین، ڕاستگۆیی، ناتوندوتیژی، خۆڕاگری، بەباشی خزمەتکردنی مامۆستا، پاکی، بەردەوامی و جێگیری و خۆگرتنەوە،

٨. دڵنەڕۆشتن بۆ شتەکان، دووركەوتنەوە لە خۆبەگەورەگرتن، بیرکردنەوە لە ناخۆشییەکانی لەدایکبوون و مردن و پیری و نەخۆشی و ئازار،

٩. نا پەیوەستی و دڵگرێنەدان بە ژن و منداڵ و خانوو ماڵ و شتەکانی تری وەکو ئەوانەوە، یەکسان بوون لە حاڵەتی خۆش و ناخۆشدا.

١٠. دڵسۆزی بێ دوودڵی بۆ من و ڕوونەکردنە کەسی تر،
خەڵوەنشینی و دووركەوتنەوە لە خەڵك،

١١. هەمیشە ئاگاداربوون لە مەعریفەی نەفس و دۆزینەوە، ئەو مەقسودەی
کە لە ناسینی هەقیقەت بەدەست دێت،
ئەمەیە زانینی ڕەسەن
وە هەرچی بێجگە لەو بێت نەزانییە.
ئێستا پێت دەڵێم زانین چییە؟
چییە کە بەزانینی ژیانی هەتاهەتاییت دەستدەکەوێت؟

١٣-١٤. بڕەهمەنی گەورە کە سەرەتای نییەو باڵاترە لە بوون و نەبوون
دەست و پێکانی لەهەموو شوێنێکن.

١٥. چاوان و سەر و ڕووخسارەکانی لەهەموو شوێنێکن
گوێکانی ڕوو بەهەموو شوێنێك و لەهەموو شوێنێکن
ئەو دەوری هەموو شتێکی داوە
وا دێتە بەرچاو هەموو تایبەتمەند هەستەکانی هەبێ
بەڵام بێبەرییە لە هەستەکان
بەتاڵە لەهەموو شتێك
بەڵام پارێزەری هەموویانە.
پاکە لە گۆناکان و خاوەنی هەموو گۆناکانە.
١٦. جیا لە گشت و لەهەمواندایە،
بێجوڵەیە و لەجوڵەدایە،
لەبەر تیواریی نایەتە خەیاڵ،
لەهەموان دوورە و نزیکە لە هەموان،
دابەشنەکراوە، بەڵام وا دێتە بەرچاو دابەشبوبێت و هاتبێتە لەشی بوونەوەرەکانەوە.
١٧. پارێزەری دروستکراوەکان و لەناوبەرو دروستکاری ئەوانە،
نورالانوارە و لەودیوی تاریکییەکانەوەیە،
زانین ئەوە، بابەتی زانین ئەوە، مەبەستی زانینیش ئەوە،
وە هەر ئەوە کە لە دڵی هەموو کەسێکدایە.
١٨. ئێستا لەش و زانین و زانراوم ڕوونکردەوە،
ئەو دڵسۆزانەی ئەم ڕاستییە تێبگەن دەگەن بە من.
١٩. بزانە کە پڕاکریتی و پوروشا سەرەتایان نییە،
وە بیشزانە کە وێنەو شکڵ لە پڕاکریتی دروستبوون،

٤٠ پەیدابوونی لەش و هەستەکان لە پڕاکریتییەوەیە
وە پەیدابوونی شادی و ئازار لە پوروشاوە،
٤١ کاتێك پوروشا لەگەڵ پڕاکریتی کۆدەبێتەوە
سود لەگۆناکان وەردەگرێت کە زادەی پڕاکریتین
وە ئەو پەیوەستبوونەی بە گۆناکانەوە گرێی دەدات وا دەکات کە ئەو لە منداڵدانێکی چاك یان خراپ لەدایك ببێت.

٤٢ پوروشای باڵاش لە لەشدا پێیدەوترێت بینەر و فەرمانڕەوا و پارێزەر و گەواهـ و خودا و ڕۆحی گەورە.

٤٣ ئەوەی پوروشا و پڕاکریتی و گۆناکان بناسێت بەو شێوەیەی کە باسمکرد،
هەرجۆرێك بژی ئازاد دەبێت لە کۆت و بەندی لەدایکبوونەوە.
٤٤ هەندێك لەرێگەی تێڕامان ڕۆح لە خۆیدا و بەخۆی دەبینن،
هەندێك دەگەڕێن بەشوێنیدا لەرێگەی سانکیاو هەندێکیش لەرێگەی کارما یۆگاوە.
٤٥ وە هەندێك کە ئەم ڕێگایانە نازانن، بە گوێگرتن لە خەڵك دەست دەکەن بە پەرستش،
ئەوانەشی کار بە بیستنەکەیان دەکەن دەگەنە ئازادی.

٢٦. ئەی گەورەی بهاراتا، بزانە هەر بوونەوەرێك جوڵاو یان نەجوڵاو لە بەیەکگەیشتنی کشت و ناسەری کشت (پڕاکریتی و پوروشا) پەیدابووە.

٢٧. خودای گەورە بە یەکسانی لەهەموو شوێنێکە،
ئەو لەناو نەچووە لەناو ئەم هەموو لەناوچووەدایە،
هەرکەسێکیش وا ببینێت بینەری ڕاستەقینەیە.

٢٨. کەسێك کە خودا بە یەکسانی لەهەموو شوێنێك ببینێت و خۆی بە خراپ نەزانێ، سەرەنجام دەگاتە ئەو کەماڵەی بەشوێنیدا دەگەڕا.

٢٩. ئەوەی کردەوە لەجێدەستی پراکریتی ببینێت و ڕۆح بەتاڵ لە کردار ببینێ،
ئەوە بینەری ڕاستەقینەیە.

٣٠. وە ئەگەر بزانێت کە بوونەوەرە جۆراوجۆرەکان هەموو لەیەکێکدا کۆدەبنەوە و
هەموو لە یەکێك پەیدابوون
ئەوە دەگات بە بڕەهمەن.

٣١. ئەم ڕۆحە نەفەوتاوە سەرەتای نییە و بێبەرییە لە وەسف،
ئەی کوڕی کۆنتی
ئەگەرچی گیان لە لەشدایە بەڵام بێبەرییە لەهەر کارێك و ڕەنگێك.

٣٢. هەروەکو چۆن بۆشایی کە دەوری جیهانی داوە، لەبەر ناسکی و تیواری
ڕەنگ ناگرێت،
ڕۆحیش (پوروشا) کە لە لەشدایە ڕەنگ ناگرێت.

٣٣. هەروەکوچۆن یەك خۆر هەموو جیهان ڕووناك دەکاتەوە،
یەك خوداش هەموو لەشەکان ڕووناك دەکاتەوە.

٣٤. وە ئەوانەی کە جیاوازی نێوان لەش و ناسەری لەش بە چاوی مەعریفەت
ببینن و چۆنییەتی ڕزگاربوون لەداوی سروشت تێدەگەن،
دەگەن بە خودا.

"ئەوانەی فێری ئەم زانینە دەبن، دەگەن بە من.
نە دیسان دێنەوە جیهان و نە لەناودەچن"

کریشنا

فەسڵی چواردە:
باڵاتر لە گۆناكان [204]

كریشنا:

١. دیسان لەبارەی زانینی ئیلاهییەوە قسەت بۆ دەكەم كە بەرزترین زانستە و داناییان بە زانینی دەگەنە كەماڵی ڕەها.

٢. ئەوانەی فێری ئەم زانینە دەبن، دەگەن بە من.

نە دیسان دێنەوە جیهان و نە لەناودەچن.

٣. پڕاكریتی منداڵدانی منە كە تۆوی بوونەوەری تێدەكەم و

ئەی نەوەی بهاتارا، لەدایكبوونی هەموو بوونەوەرەكان لەوەوەیە.

٤.ئەی كوڕی كۆنتی هەر سیمایەك لەهەر منداڵێكەوە بێتە بوون لە پڕاكریتییەوەیە.

بەڵام من لە مەقامی باوكدام چونكە هەموو تۆوەكە لەمنەوەیە.

٥. سێ گۆناكە لەمنەوەن، سەتڤاو[205] ڕاجاس[206] و تاماس[207] لە پڕاكریتییەوەیە

ڕۆحیش لەچوارچێوەی لەشدا بەم سێ گۆنایەوە پەیوەستە.

٦. لەم نێوەدا سەتڤا پاكە و هۆكاری ڕۆشنایی و تەندروستییە

---

[204] - Gona.
[205] - Satva.
[206] - Rajas.
[207] - Tamas.

ئەم گۆنایە ڕۆح بە خۆشی و زانینەوە دەبەستێتەوە.

٧. بەلاّم ڕاجاس بە سروشت لەگەڵ هەوەس و هەڵچووندایە و هۆکاری حەزو پەیوەستبوونە

ئەی کوڕی کۆنتی، ڕاجاس ڕۆح بە پەتی بەتینی کردارەوە گرێ دەدات.

٨. بەلاّم تاماس کوڕی نەزانییە، هۆکاری وەهم و هەڵەیە، تاماس بوونەوەر بە پەتی بێ ئاگایی و تەمبەڵی و خەوەوە گرێ دەدات.

٩. ساتڤا هۆکاری خۆشییە،

ڕاجاس هۆکاری کارە، ئەی کوڕی بهاراتا تاماسیش هۆکاری لەناوچوونی دانایی و سەرچاوەی گرفتاری و بێئاگاییە.

١٠. هەندێجار ساتڤا بالاّدەست دەبێت و باڵدەکێشێت بەسەر ڕاجاس و تاماسدا،
هەندێجاریش ڕاجاس بەسەر ساتڤا و تاماسدا زاڵ دەبێت و
هەندێ کاتیش تاماس بەسەر ساتڤا و ڕاجاسدا زاڵ دەبێت.

١١. ئەگەر لە کلاّوڕۆژنەی هەستەکانەوە ڕۆشنایی زانین بدرەوشێتەوە، هێمای ئەوەیە کە ساتڤا بالاّدەستە.

١٢. وە تەماع و هەوڵ و کۆششی زۆرو نائارامی و حەز هێمای زاڵبوونی ڕاجاسە.

١٣. وە تاریکی و بێئیشی و بێئاگایی و کەودەنی سەرەنجامی زیادبوونی تاماسەو.

١٤. ئەگەر ڕۆح لەکاتی زاڵبوونی ساتڤادا دەرچێت، دەچێتە شوێنی پیرۆزی پەرستشکارانی حەزرەتی هەق.

١٥. بەلاّم ئەگەر مەرگ لەکاتی زاڵبوونی ڕاجاسدا بێت،
ئەوا ئەو ڕۆحە لەناو خەڵکێکدا دێتەوە کە گرفتاری کارکردنن،

وه ئەگەر لەکاتی زاڵبوونی تاماسدا مرد،
ئەوا لەناو زۆر کەودەنەکاندا دێتەوە جیهان.
١٦. وتراوە کە هێمای ساتڤا چاکی و پاکییە،
وە بەرهەمی ڕاجاس ئازارەو
بەرهەمی تاماسیش نەزانییە.
١٧. لە ساتڤاوە مەعریفە لەدایك دەبێت و
لە ڕاجاسەوە چاوچنۆکی و
لە تاماسەوە نەزانی.
١٨. ئەوەی بە خشڵی ساتڤا ڕازابێتەوە دەگاتە باڵاترین مەقام
وە ئەهلی ڕاجاس لەنێوەنددان و
گرفتارانی تاماسیش دەکەونە نزمترین پلەکانی تێگەیشتنەوە.

١٩. هەرکەس بگاتە دیداری من، کاتێ بڕوانێ لە جیهاندا بێجگە لە گۆناکان هۆکارێکی تر نابینێ، ئەوەش دەناسێ کە لە گۆناکان بەرزتر و شایەن ترە.

٢٠. وە ئەگەر ڕۆح زاڵبێت بەسەر گۆناکانداکە پێویستییەکانی لەشی ماددین وە زیاتر لەوان هەنگاو بنێ، لە گەڕانەوەو مردن و جیابوونەوە و ئازار ڕزگاری دەبێت و دەبێتەوە بە نەمر.

ئەرجونا:

٢١. ئەی گەورەم، نیشانەی ئەوەی کە لە گۆناکان زیاتر تێپەڕیوە چییە؟ ڕەفتارەکانی چۆنن وە چۆن گۆناکان تێپەڕ دەکرێن؟

کریشنا:

٢٢. ئەی پانداڤا، هێمای وەها کەسێك ئەوەیە
ئەگەر ڕووناکی ڕووی تێبکات
یان ڕابکێشرێت بۆ ئیش و کار
یان تاریکی زاڵبێت بەسەریدا
نە مەلول دەبێت و نە لەخۆیدا هەست بە پەیوەستبوون دەکات پێیانەوە.

٢٣. ئەوەی لەم نێوەندەدا وەکو بێگانە دابنیشێت و بەهۆی گۆناکانەوە بەرەو هیچ کوێ نەجوڵێ، لەگەڵ ئەوەشدا کە دەزانێت گۆناکان لە کاردان بەڵام ئەو سەقامگیر و بێجوڵەیە.

٢٤. ئەوەی لە خەم و شادیدا یەکسان و دڵ بەهێزبێت، ئەوەی کە خۆڵ و بەردو زێڕ وەکو یەك ببینێت، ئەوەی کە لە ئاسودەیی و میحنەت و پیاهەڵدان و تانە لەسەر یەك حاڵەت بمێنێتەوە،

٢٥. ئەوەی بەدناوی و چاکناوی و دۆست و دوژمن بەیەك چاو ببینێت و واز لە پلاندانان بێنێت، وەها کەسێك دەچێتە سەروو گۆناکانەوە.

٢٦. ئەوەی بە متمانەی تەواوەوە خزمەتی من بکات و
هەنگاوێك زیاتر لە گۆناکان هەڵبێنێت
شایستەی گەیشتنە بە من

٢٧. چونکە منم مەنزڵ و مەئوای بڕەهمەن، سەرچاوەی نەبڕاوەی ژیانی هەتاهەتایی
منم ڕزگارکەری سەرمەدی و
منم شادی بێ کۆتایی.

" هەندێجار دەبمە تیشکی ژیان لە لەشی دروستکراوەکاندا
جێگیر دەبم
و بە هەناسە هەڵمژین و دانەوە دەبمە هۆکاری هەرسی
خواردن"

کریشنا

فەسڵی پانزە:
درەختی دروستبوون

١. دەڵێن درەختێکی (پیپل) هەیە هەتاهەتاییە و ڕەگەکەی ڕوو بەسەرەوەیە و لقەکانی ڕوو بەخوارەوەیەو

گەڵاکانی لە مانتراکانی ڤیدایە و

هەرکەسێك بیناسێت ڤیداکان دەزانێت.

٢. لقەکانی لەسەرەوەو خوارەوە سەریان دەرهێناوە و بە گۆناکان دەژین،

شتە هەستپێکراوەکان وخونچەکانی ئەو درەختەن و

ڕەگە لاوەکییەکانی خوارترن لەم جیهانە کە مرۆڤی پەیوەست کردووە بە پەتی کردارەوە.

٣. ناتوانرێت شێوەی ڕاستی بە چاو ببینرێت و

کەس ئاگای لە سەرەتا و کۆتایی ماهییەتی نییە.

٤. وە ئەگەر ئەم درەختە بن ئەستورە بە شمشێری ئازادی بڕدرا

ڕێگەیەك دەردەکەوێت کە هەر کەس لێیەوە بڕوات ناگەڕێتەوە.

پەنادەگرم بە ئەو پوروشا ئەزەلییە کە سەرچاوەی نەبڕاوەی هەموو بوونە.

٥. ئەو کەسە دەگاتە کەماڵ کە لە خۆبەگەورەزانین و بێمێشکی ڕزگاری بووبێت و

ڕەگی پەیوستبوونی دڕیبێت و

داوی حەزەکانی پساندبێت و

دڵی بەخوداوە گرێ دابێت و

لە بەندی دوانەیی ئازار و شادی ڕزگاری بووبێت.

٦. ئەو مەقامە بالآیە کە ئەگەر کەسێك پێی بگات ناگەڕێتەوە،
نە تیشکی خۆر دەتوانێت پێی بگات نە ڕووناکی مانگ و ئاگر.
٧. بەشێك لە بوونی هەتاهەتایی من، بوو بە ڕۆح و
هاتە جیهانی ژیانەوە،
پێنج هەست و دڵی بەرەو خۆی ڕاکێشا
لە ماڵی پراکریتیدا خێمەی هەڵدا.
٨. ئەگەر خودا چوارچێوەی لەشی بردەوە بۆ خۆی،
ڕۆح لێی دەچێتە دەرەوە و
ئەو شەش شتەش دەگرێت و لەگەڵ خۆی دەیبات
وەك با کە بۆنی گوڵ لەگەڵ خۆی دەبات.
٩-١٠. ڕۆح لەڕێگەی گوێ و چاو دەست و تام و بۆن و دڵەوە،
لە شتەکان تێدەگات
وە نەزانان نابینن کە ڕۆح هەندێجار لەچوارچێوەی لەش دەردەچێت.
وە هەندێجار لە ماڵی لەش لەگەڵ گۆناکان دەبێتە یەك و بەهرە لە هەستپێکراوەکان دەبینێ.
١١.بەلآم ئەوانەی چاوی بینینیان هەیە، دەتوانن ببینن.
یۆگییەکان کە سالکانی ڕێگەی کەماڵن لەخۆیاندا دەیبینن،
بەلآم نەزانەکان کە دڵیان پاك نەکردۆتەوە هەرچی هەوڵبدەن نایبینن.
١٢. ئەو ڕوناکییەی خۆر کە جیهانی ڕووناك کردۆتەوە
و نوری مانگیش و ڕۆشنایی ئاگریش هەموو لەمنەوەیە..

١٣. منم كه دێمه سەر زەوی و بەهێزو توانای خۆم ئاگاداری هەموو بوونەرەوەکانم.

هەندێجار لە شەبەنگی سۆماوە سەوزییەکان پێدەگەیەنم.

١٤. وە هەندێجار دەبمە تیشکی ژیان و لە لەشی دروستکراوەکاندا جێگیر دەبم

وە بە هەناسە هەڵمژمین و دانەوە دەبمە هۆکاری هەرسی خواردن.

١٥. من لە دڵی هەمواندام

یادەوەری و زانین لەمنەوە و لەناوبردنیشیان هەر لەمنەوەیە.

مەبەست لە ڤیداکان منم، مەعریفەی ڤێدانتا لەمنەوەیە و زانەری ڤیداکان منم.

١٦. لەجیهاندا دوو پوروشا هەیە، یەکێك لەناوچوو ئەوی تر لەناونەچوو.

هەموو بوونەوەرەکان لەناوچوون و ئەو لەناوچووەش شتێکە کە ناگۆڕێت.

١٧. بەڵام پوروشایەکی باڵای تر هەیە کە پێی دەوترێت ڕۆحی گەورە

خۆشی و شادومانییەکی سەرمەدیە کە دەوری هەرسێ جیهانی داوە و پارێزەرو ڕاگیریانە.

١٨. من کە لەناوچوو نیم و لە لەناونەچووش بەرزترم، لە هەموو جیهان و لە ڤیداکاندا بە ڕۆحی گەورە ناوبراوم.

١٩. ئەوەی زنجیری نەزانی بپچڕێنێت و

من بە پوروشای باڵا بناسێت،

هەموو شتێك دەزانێت و بەهەموو بوونی خۆیەوە من دەپەرستێت.

٢٠. وە من ئێستا ئەی ئەرجونا ئەم نهێنییە گەورەیەم پێ وتی،

نهێنییەك کە هەرکەس بیزانێت دەبێتە داناو

ئەرکی خۆی ئەنجام دەدات.

"ناتوندوتیژی، چاکەکاری، ئازادبوونی دڵ لە توڕەیی، ئازادی و کۆبیری، هەڵە پۆشی، خۆشویستنی خەڵك، ڕازیبوون، نەرمی، خۆبەکەمزانین و ویقار، ئازایی، بەخشین، خۆڕاگری، پاکی، دووربوون لە دووڕوویی و خۆبەگەورەزانین. ئەی ئەرجونا ئەمە نیشانەی ئەم کەسانەیە کە بە خوی خوداییەوە لەدایکبوون"

کریشنا

فەسڵی شانزەیەم:
فریشتەکان و ئەهریمەنەکان

کریشنا:

١. دڵنیایی، مێشك ئاسودەیی، سەقامگیری لە یۆگادا، خێر، خۆگرتنەوە، قوربانی، خوێندنەوەی کتێبە پیرۆزەکان، زوهد و ڕاستگۆیی،

٢. ناتوندوتیژی، چاکەکاری، ئازادبوونی دڵ لە توڕەیی، ئازادی و کۆبیری، هەڵەپۆشی، خۆشویستنی خەڵك، ڕازیبوون، نەرمی، خۆبەکەمزانین و ویقار

٣. ئازایی، بەخشین، خۆڕاگری، پاکی، دووربوون لە دووڕویی و خۆبەگەورەزانین. ئەی ئەرجونا ئەمە نیشانەی ئەو کەسانەیە کە بە خوی خوداییەوە لەدایکبوون.[٢٠٨]

٤. ڕیا، سەرسەرێتی، لوتبەرزی، توڕەبوون، بێئەدەبی و نەزانی، ئەمانە نیشانەکانی ئەو کەسانەن کە بەخوڕەوشتی شەیتانییەوە لەدایکبوون.

٥. سیفاتی خودایی هۆکاری ئازادی و سیفاتی شەیتانی هۆی گرفتارییە، بەڵام تۆ ئەی پانداڤا مەترسە چونکە بە سیفاتی خوداییەوە لەدایك بوویت.

٦. لەم جیهانەدا دووجۆر خەڵك هەن، خودایی و شەیتانی،

---

208 - کریشنا زۆر بە سادەیی و بە چەند وشەیەکی سادە بانگەشە بۆ جوانترین و بەرزترین سیفەتە خوداییەکان دەکات کە پێویستە مرۆڤەکان لەخۆیاندا بەرقەراری بکەن بۆ ئەوەی بگەنە هەقیقەت و ئارامی و ئاشتی ناوەکی و دەرەکی. گرنگترینی ئەو ڕێنماییانە کە لە سەرەتای بڕگەی دوودا هێناویەتی و وەکو دایکی ئەوانی تر وایە، مەسەلەی ناتوندوتیژی (ئاهیمسا)یە. ئەم وشانە ئەو ڕێنماییانە پێکدێنن کە دواتر پاتانجالی لە نوسراوی (یۆگاسوترادا) وەکو ئەرکە یەکەمینییەکانی یۆگی باسی کردوون.

لەبارەی گرووپی یەکەمەوە بەدوورودرێژی قسەم کرد،
ئێستا ئەی پارتها گوێ بۆ گرووپی دووەم بگرە.

٧. ئەهریمەنان نە دەزانن چی بکەن و نە دەزانن چی نەکەن، پاکی و چاکەکاری و ڕاستی ڕێیان تێ نابات.

٨. ئەوان دەڵێن جیهان هەقیقەتی نییە و کۆڵەکەی نییە و خودایەکیش نییە.
جیهان بەلای ئەوانەوە لە کۆبوونەوەی نێر و مێ پێکدێت و جوڵێنەرێکی تری بێجگە لە شەهوەت نییە.[٢٠٩]

٩-١٠. ئەم گومڕا بێمایە ئیش پوچانە بەم بیرە خراپەوە دوژمنی جیهانن،
وە تێدەکۆشن بۆ وێرانکردنی،
بە هەوەسی تێرنەبوویان و دڵی پڕ خۆبەزلزانی و ڕیا و غرورەوە و سەری پڕ لە خەیاڵی ناپاك و پیسەوە، هەوڵی خراپەکاری دەدەن.

١١. دڵ پڕ لە وەسوەسەی بێشوماری ئارەزووەکان کە تەنها مردن کۆتاییان پێدێنێت،
گەورەترین مەبەستیان تێرکردنی حەزەکانە و
بێجگە لەوە بیر لە هیچ شتێکی تر ناکەنەوە.

١٢. سەدان داوی هیوایان داناوە،[٢١٠]
دیلی داوی توڕەیی و شەهوەتن

---

209 - واتە ئەوانەی کە بڕوایان بە یەکبوونی کۆتایی نییە و تەنها جیهان وەك شلەیەکی تێکەڵ لە سپی و ڕەش دەبینن و تەنها بڕوایان بە گەمەی دوانەیی هەیەو هیچی تر.

210 - گەیشتن بە هەقیقەت واتە گەیشتن بە فەنابوون لە هەقیقەتدا. ئەمەش کاتێك ڕوودەدات کە ئیگۆ و منێتی مرۆڤ بتوێتەوەو حەل ببێت لە هەقیقەتدا. هەتا ئاوات و هیوا و ئومێد لە دڵدابێت مانای وایە ئیگۆ لە کاردا هەیە، چونکە ئەوە ئیگۆیە کە بۆ دوور دەڕوانێت و لە ئێستادا ناڕازی و ئومێدی هەیە و حەزی هەیە و دەیەوێت بگاتە شتێك و پێی وا نییە کە ئەو هەموو شتێکی هەیە. کەواتە بوونی ئومێد و حەز مانای بوونی ئیگۆیە بۆیە خویەکی شەیتانی و ئەهریمەنانەیە.

بۆ حەزی نەفس تا پارە بەدەست بێنن هەموو هۆکارێکی نامەشروع بەکاردێنن.
١٣. "ئەمڕۆ گەشتم بەو حەزە و سبەینێ بەو حەزەش دەگەم"،
"ئەمە هی منە و سبەینێ ئەوەش دەبێتە هی من"
١٤. "ئەمڕۆ ئەم دوژمنەم کوشت و سبەینێ ئەوانی تریش دەکوژم"
"من گەورەم، دونیا بە ئارەزووی منە، سەرکەوتوم، بەهێزم، خۆشبەختم"
١٥. "بەتوانام، شازادەم، کێیە شان بدات لە شانم"
"خێر دەکەم، بەخشین دەدەن، دڵم خۆش دەبێت..." [٢١١]
بەو شێوەیەیە زوبانی حاڵی ئەم گومڕایانەی دۆڵی نەزانی.
١٦. ئەم نەزانانە کە لە گێژاوی بیروڕاکاندا سەرگەردان بوون،
ئەم گرفتارانەی کە جەزبی لەزەتە شەهوانییەکان بوون،
دەکەونە دۆزەخی ترسناکەوە.
١٧. ئەم ملکەچە خۆپەرستانە بەسەری پڕ لە غرورو بای سامانەوە،
بۆ ڕیاکاری و نەك بەو شێوەیەی کە دانراوە، بە سەرزارەکی قوربانی دەکەن.[٢١٢]
١٨. ئەم خەڵکە خراپانە کە کۆتی شەهوەت و خۆبەزلزانی و ستەمن و دیلی هەواو شەهوەت و تورەبوونن،
ڕقیان لە منە هەم لە لەشی خۆمدا و هەم لە لەشی ئەوانی تریشدا.
١٩. من ئەم خراپەکارە بەدخوانە کە خەسارۆمەندترینی خەڵکن

---

211 - نەزانە کەسێك کاتێك خێرێك دەکات پێی وابێت ئەوە خێر دەکات و بیری دەچێت کە تەنها خودایە خێر دەکات و ئێمە تەنها ئامێرێکین بەدەست خوداوە بۆ خێر کردن.

212 - ئەم سوترایە ئاماژەیە بۆ ئەو پیاوە سیاسی و دەوڵەمەندانەی کە بۆ کڕینی بەهەشت و خوا و لەپێناو ڕیادا خێردەکەن و قوتابخانە دروست دەکەن و مزگەوت و پەرستگا دروست دەکەن. خێرەکانیان دەخەنە سەر تەلەفزیۆن و لە سەدان شوێن باسی دەکەن.

له مندالّدانی شەیتانەکاندا جێدەکەمەوە.

٢٠. وە لە ژیانێکەوە دەچن بۆ ژیانێکی تر بێئەوەی بدۆزنەوە

وە هەرجارێکیش بەرەو قۆناغێکی خوارتر دەڕۆن.

٢١. دۆزەخ سێ دەرگای هەیە کە هەرسێکیان ڕێگەکەیان بەرەو لەناوچوونی گیانە:

شەهوەت، توڕەیی، تەماع.

کەواتە دەبێت هەرسێکیان بەلاوە بنرێت.

٢٢. هەرکەسێکیش لەم سیانە ڕزگاری ببێت و لەم سێ دەروازەی تاریکییە دووربکەوێتەوە،

کاری بە چاکەی خۆی کردووەو دەگاتە مەقامی بالاّ.

٢٣. بەلاّم ئەوەی ئەحکامی شەرع پێشێل بکات و

ڕەشوەی خۆی بداتە دەست نەفس

نە دەگات بە کەماڵ و نە بەشادومانی و نە بەمەبەستەکەشی.

٢٤. کەواتە ڕێبدە شەرع ڕێنمونیت بکات تابتوانیت ڕاست لە ناڕاست جیابکەیتەوە.

سەرەتا فێری یاساکانی شەرع ببە و پاشان ئەنجامیان بدە.

"بیرئارامی و خۆش ڕەفتاری و بێ دەنگی و داوێن پاکی و
دڵپاکی، ڕیازەتی ڕۆحانین"

کریشنا

فەسڵی حەڤدە:
پەیوەندی بڕوا و کردار بە گۆناکانەوە

ئەرجونا:

١. کەسانێك هەن کە شەرع پەیڕەو ناکەن بەلاّم بە بڕواوە قوربانی دەکەن، حاڵی ئەوانە چۆنە ئەی کریشنا؟ ئایا ئەوانە لە سروشتی ساتڤا یان ڕاجاس یان تاماسن؟

کریشنا:

٢. بڕوای خەڵك بەپێی سروشتی ئەوانە و ئەویش سێ جۆرە،
سەتڤایی، ڕاجاسی، تاماسی.

٣. ئێستا گوێبگرە :
بڕوای هەرکەسێك بەپێی سروشتی خۆیەتی،
مرۆڤ شوێنکەوتەی سروشتی بڕواکەیەتی.
بڕوای هەرچۆن بێت خۆیشی وایە.

٤. ساتڤاییەکان خوداکان دەپەرستن،
ڕاجاسییەکان نیوە خوداکان و دێوەکان،
تاماسییەکان جنۆکە و ئەهریمەنەکان.

٥. ئەوانەی کە لە خۆپەرستی و هەوا پەرستی و بەپێچەوانەی یاساکانی شەرعەوە دەست دەدەن، ڕیازەتی قورس،[٢١٣]

---

213 - لە کۆندا هەندێك (لەوانەش بوودا لە یەکێك لە قۆناغەکانی ژیانیدا) پێیان وابووە کە بە ئازاردانی لەش بە ڕاهێنانی قورس و ڕۆژوی قورس و خۆبرسی کردنی زۆر دەگەن بە هەقیقەت و مەعریفەت و خودا.

٦. وه به نه‌زانی ڕه‌گه‌زه‌كانی له‌ش و
منیش كه له‌ناویاندام
ئازار ده‌ده‌ن،
ئه‌وانه ڕه‌وشتی شه‌یتانییان هه‌یه.
٧. ته‌نانه‌ت خۆراك كه هه‌موو خه‌ڵك حه‌زی لێیه‌تی سێ شێوازه.
قوربانی و ڕیازه‌ت و خێریش وه‌هایه.
ئێستا جیاوازی ئه‌م سێ شێوه‌یه ببیسته.
٨. خۆراكێك كه ڕه‌ونه‌ق بداته ژیان و هێزو ته‌ندروستی و خۆشی و شادومانی زیاد بكات
وه شیرین و نه‌رم و به‌هێزكه‌رو تام خۆش بێ
به تامی ساتڤاییه‌كان خۆشه.
٩. ئه‌و خۆراكانه‌ی كه تاڵ و ترش و سوێر و گه‌رم و تون و وشك و سوتێنه‌رن و سه‌رچاوه‌ی غه‌م و ئازار و نه‌خۆشی بێ
په‌سه‌ند ڕاجاسییه‌كانه.
١٠. ئه‌و خۆراكانه‌ی كه به‌سه‌رچوو بێتام و بۆن ناخۆشن و ماونه‌ته‌وه و پیس بن
په‌سه‌نده لای تاماسییه‌كان.
١١. ئه‌و قوربانییه‌ی كه به‌پێی یاسای شه‌رع و بێچاوه‌ڕێی پاداشت و ته‌نها وه‌كو ئه‌ركی سه‌رشان ئه‌نجام بدرێت
ساتڤاییه.
١٢. وه ئه‌و قوربانیه‌ش كه به ئومێدی پاداشت و به‌مه‌به‌ستی ڕیا بكرێت
ڕاجاسییه.

١٣. ئەوەشی بەپێچەوانەی شەرع و بێئەوەی چاکەو خێری لەگەڵدابێت یان زیکری لەسەر بخوێنرێت و بێبڕوای پاك ئەنجام بدرێت
تاماسییە.

١٤. پەرستنی خودایان، ئەولیاو مامۆستایان و دانایان، پاکی و دۆستی و ڕازیبوون و ناتوندوتیژی
ڕیازەتی جەستەیین.

١٥. قسەیەك دڵ ئازارنەدات و ڕاست و دڵگیر و سودمەند بێت،
هەروەها خوێندنەوەی بەردەوامی ڤیداکان
ڕیازەتی زمانە.

١٦. بیرئارامی و خۆش ڕەفتاری و بێدەنگی و داوێن پاکی و دڵپاکی
ڕیازەتی ڕۆحانین.

١٧. ئەو سەقامگیرانەی کە ئەم سێ جۆر ڕیازەتە بە بڕواوە و بێچاوەڕێی پاداشت ئەنجام دەدەن،
ساتڤاییەکانن.

١٨. بەڵام ڕیازەتێك کە بۆ دەستکەوتنی ڕێزو نازو ناوبانگ و خۆدەرخستن بکرێت ڕاجاسییە.
ئەم ڕیازەتە زۆری پێ ناچێت و زوو لەناودەچێت.

١٩. ئەو ڕیازەتەش کە بە نەزانی و بە مەبەستی شکانی نەفس یان ئازاری خەڵك بێت
تاماسییە.

٢٠. ئەگەر خێر بەکەسێك بکەیت کە چاوەڕێی پاداشت نەبی لێی
وە بەنیییەتی ئەنجامدانی ئەرکی سەرشان
لە شوێن و کاتی خۆیدا بدرێت بە کەسێك کە شایەنیەتی

ساتڤاییە.

٢١. وە بەخششێك كە بە ئومێدی پاداشت و بەچاو لەڕێبوونی سودی دوایی بكرێت، یان بە منەتەوە بێت

ڕاجاسییە.

٢٢. وە خێرێك لە جێ و كاتی خۆیدا نەبێت، بێگوێدانە مەبەستی شەرعی، بۆ فیزو بە كەسێك كە شیاو نەبێت

تاماسییە.

٢٣. ئوم، تات، سات سێ هێمای بڕەهمەنن.

بڕەهماناكان و ڤیداكان و قوربانییەكان لەم سێ وشەیە پێكهاتوون.

٢٤. پەیڕەوانی ڤیداكان قوربانی و خێر و ڕیازەت و بەپێی حوكمی شەرعی بە وشەی (ئۆم) دەست پێدەكەن.

٢٥. وە گەڕۆكەكان بەشوێن ئازادیدا، لە ئەنجامدانی قوربانی و خێر و ڕیازەت

وشەی (تات) دێننە سەر زمان و

چاو نابڕنە سەر پاداشت.

٢٦.سات(Sat) بەمانای هەقیقەت و باشییە. ئەم وشەیە بەمانای كاری باشیش دێت.

٢٧. بە سەقامگیریش لە ڕیازەت و قوربانی و خێركردندا دەڵێن سات

هەروەها بە هەر ئیشێكی تری لەم شێوەیە دەوترێت سات.

٢٨. وە هەر جۆرە قوربانی و خێرێك، وە هەر جۆرە ڕیازەت و

هەرشێك كە بێ دڵسۆزی و بڕوا ئەنجام بدرێت

پێی دەوترێت ئاسات(Asat)

كە نە بەكەڵی ئەم جیهانە دێ و نە بەكەڵكی جیهانەكەی تریش.

"بەڵام تەنانەت لە جێبەجێکردنی ئەم کردارانەشدا
پەیوەستبوون و لکان بە سەرنجامەوە دەبێ تەرك بکرێت.
ئەمە ئەی ئەرجونا دوایین قسەی منە"

کریشنا

فەسڵی هەژدە:
قسەی کۆتایی

ئەرجونا:

١. ئەی بازوو بەهێز دەمەوێت مانای ڕاستەقینەی سانیاسا و تیاگا بزانم.

کریشنا:

٢. دانایان سانیاسا بە وازهێنان لە کردەوەگەلێك دەناسن کە جولێنەرەکەی هەوەس و حەز بێت.

وە تیاگاش بەلای دانایانەوە وازهێنانە لە سەرەنجامی کردەوە.

٣. هەندێکی تر دەڵێن کە نابێ واز لە کردەوەکانی وەکو قوربانی و بەخشین و ڕیازەت بهێنرێت،

ئێستا ئەی گەورەی بهاراتا، ڕاستی بابەتەکە لە دەمی منەوە ببیستە.

٤-٥. ئەی گەورەی خەڵکی، وازهێنان سێ شێوازی هەیە:

قوربانی و خێر و ڕیازەت نابێت تەرك بکرێن،

بەڵکو ئەم کردەوانە کە هۆکاری پاکبوونەوەی دڵن دەبێت ئەنجام بدرێن.

٦.بەڵام تەنانەت لە جێبەجێکردنی ئەم کردارانەشدا پەیوەستبوون و لکان بە سەرنجامەوە دەبێ تەرك بکرێت.

ئەمە ئەی ئەرجونا دوایین قسەی منە.

٧.   بەڕاستی وازهێنان لەو کارانەی کە دەبێت ئەنجام بدرێ ڕاست نییە.
وازهێنان لەم جۆرە کردەوانە نەزانییە و هێمای زاڵبوونی تاماسە.

٨.   ئەوەی کە لە ئەنجامدانی ئەرکێك خۆی بەدوور بگرێت لەبەرئەوەی قورسە و هۆکاری ئازاری لەشە، ناگاتە هیچ شوێنێك.
ئەم جۆرە وازهێنانە لە سیفەتەکانی ڕاجاسە.

٩. وە ئەوەی ئەرکی سەرشانی خۆی بەناونیشانی ئەرکێك کە دەبێت ئەنجامی بدات، وە پەیوەست نەبێت پێیەوەو چاو نەبڕێتە بەرهەمەکەی،
ئەم جۆرە وازهێنانە لە سیفەتی ساتڤاییەکانە.

١٠.دانای ڕووناك ئەندێش کە سروشتی ساتڤاییە، بێ هیچ زەڕڕەیەك گومان لەڕێگەی وازهێنانی تیاگادا هەنگاو هەڵدەنێ
نە دڵ پەیوەست دەکات بە خۆشی ئیشەوە و
نە بە ناخۆشی ئیش توڕە دەبێت.

١١. بەڕاستی مەحاڵە کە دیلی لەش واز لە کار بێنێ
بەڵام ئەوەی واز لە بەرهەمی کار بێنێت، لە خاوەنانی مەقامی تیاگا دەژمێردرێت.

١٢. کردار سێ جۆر سەرەنجامی هەیە: خۆش، ناخۆش و تێکەڵەیەك لەو دوانە.
ئەم سەرەنجامانە پاش مردن داوێنی ئەو کەسانە دەگرن کە لێرە وازیان لە پەیوەستبوون نەهێنابێت.
بەڵام ئەوانەی وازیان لە پەیوەستبوون هێنابێت بەتاڵ دەبن لە سەرەنجامی ئیش.

١٣-١٤. ئێستا ئەی بازوو بەهێز پێنج هۆکارەکەی ئەنجامدانی ئیش فێربە کە لە ڤێدانتادا هاتووە:
لەم پێنج هۆکارە یەکیان لەشە،

ئەوی تر ئاهەنکارا (منێتی)،

ئەوی تر نەفس و

سیانەکەی تر هەستە جیاوازەکانن و

چوارەم فەرمانی جیاوازی ئەندامەکانن و

پێنجەم خوداکانن.

١٥.هەر ئیشێکی چاك یان خراپ کە کەسێك دەیکات یان پەیوەندی بە لەشی ئەوەوە هەیە یان بە زمانی یان بە دڵییەوە.

ئەو پێنج هۆکارە پەیوەندی بە دروستبوونییەوە هەیە.

١٦. وە چونکە وەهایە، ئەوەی لەڕووی بێئەقڵییەوە ڕۆح بە ئەنجامدەری ئیش و کار بزانێت بیرکورتێکە کە چاوی ڕوانینی نییە.

١٧. ئەوەشی ئازاد لە کۆت و بەندی منێتی و دڵی ڕەنگ نەگرێت بە چاك و خراپ، ئەگەرچی هەموو ئەم جەنگاوەرانە بکوژێت، بە پیاوکوژ ناو نابرێت و تۆڵەی لێ ناسەنرێتەوە.

١٨. لە پەیدابوونی هەر ئیشێکدا سێ جوڵێنەر هەیە:

زانین و زانراوو زانا.

هەروەها سێ شتیش پێویستە لە هەر کارێکدا:

ئەندام (ئامێر) و

کار و

کارکەر.

١٩. زانین و زانراوو زانا لە فەلسەفەی سانکیادا بەپێی جیاوازی گۆناکان دابەشکراونەتە سەر سێ جۆر: ئێستا گوێم لێبگرە بۆت باسبکەم.

٢٠. زانینێك كە بتوانی لەناونەچووی تاقانەی لەهەموو شتەكاندا پیّ ببینیت، ئەو زاتە بەش نەبووی كە لەهەموو زەڕڕەی شتەكاندا هەیە، ئەو زانینە لە ساتڤاوەیە.

٢١. وە ئەو زانینەی كە زاتی لەناونەچوو بەشێوەی شتگەلی جیاواز جیاواز پیّ ببینیّ و جۆرەكانیان بە جیاواز ببینیّ لە ڕاجاسەوەیە.

٢٢. وە ئەوەشی تەنها بیر لەجێدەست بكاتەوە و بێجگە لەو هیچ شتێك نەزانیّ بێئەوەی بیر لە كاریگەر بكاتەوە یان بیری هەقیقەتی هەبێت، ئەم زانینە پوچە لە تاماسەوەیە.

٢٣. ئەو كردارەی كە ئەنجامدانی ئەركی مرۆڤە، ئەگەر بیّ زەڕڕەیەك دۆستی و دوژمنی و بێچاوبڕینە سەرەنجام و بەتاڵ لە پەیوەستبوون ئەنجام بدرێت، لە ساتڤاوەیە.

٢٤. ئەو كردارەشی بۆ حەزی سەرەنجامەكەی یان بەڕای خۆی یان بە داواكردن و تەكلیفی زۆر ئەنجام بدرێت لە ڕاجاسەوەیە.

٢٥. ئەو كردارەشی لە نەزانیەوە سەرچاوە دەگرێت، بێئەوەی كە گویّ بدرێتە توانای كەسەكە، یاخود سەیری ئەو زەرەرە بكرێت كە دەگات بە خودی كەسەكە و خەڵكی، ئەوە تاماسە.

٢٦. ئەنجامدەر كە لەداوی پەیوەستبوون و هەوای نەفس ئازادبێت و خاوەنی ئیرادەو هەوڵ بێت و كاریگەر نەبێت بە سەركەوتن و شكست ئەوە ساتڤایە.

٢٧. وە ئەوەی كە دڵبەستە و هەڵخەڵەتاوی بەرهەمی كردەوەكانی بێت و حەزپەرست و خووڕەق و ناپاك و لە بەندی خەم و شادیدا بێت، ڕاجاسییە.

٢٨. وە ئەوەی دوودڵ و بێمایە و خۆبەگەورەزان و فێڵباز و شەڕەنگێز و سست و بیروڕا لاواز بێت، تاماسییە.

٢٩. تێگەیشتن و سەقامگیری بەپێی گۆناکان سێ شێوازە، ئێستا شیکردنەوەکەیت پێ دەڵێم.

٣٠. تێگەیشتن (ئەقڵ) کە ڕێگەی کردار و وازهێنان لە کردار، چاك و خراپ، ترس و دڵنیایی و دیلی و ئازادی جیابکاتەوە، ساتڤایە.

٣١. وە ئەوەی ڕاست و ناڕاست، چاك و خراپ جیانەکاتەوەو لەڕێگەی هەڵەوە بڕوات ڕاجاسییە.

٣٢. ئەوەی لە پەردەی تاریکیدا خراپ بە چاك ببینێ و هەموو شتێك بەپێچەوانەوە تێبگات، تاماسییە.

٣٣. سەقامگیری و جێگیری کە کاری ئەقڵ و پڕانا و هەستەکان لەڕێگەی یۆگاوە دەوڵەمەند دەکات، ساتڤایە.

٣٤. ئەوەی مرۆڤ وا لێ دەکات چاوەڕێی پاداشتی پەرستشەکانی بێت، یاخود بەشوێن خۆشی و سەروەتەوە بێت، ڕاجاسییە.

٣٥. ئەوەی نەزان لە خەوو ترس و خەم و مەلولی و خۆبەگەورە زانیندا دەهێڵێتەوە، تاماسییە.

٣٦. وە ئێستا ئەی گەورەی بهاراتا لەبارەی سێ جۆرە خۆشییەکەشەوە ببیستە کە مرۆڤ لە شادومانی هەتاهەتایی پێ فێردەبێت و ڕەگی خەم و خەفەتی پێ لەبن هەڵدەکێشێت.

٣٧. ئەو خۆشییەی کە سەرەتا وەکو ژەهرەو کۆتاییەکەی وەکو ئاوی کەوسەر کە لە ڕووناك ئەندێشی و خۆناسی پەیدا دەبێت، ساتڤایە.

٣٨. وە ئەو خۆشییەی لە بەریەککەوتنی هەستەکان لەگەڵ شتەکان پەیدادەبێت، ئەوەی کە سەرەتا وەکو ئاوی کەوسەر بێت و کۆتاییەکەشی وەکو ژەهر، ئەو ڕاجاسییە.

٣٩. ئەو خۆشییەشی کە لە سەرەتا و کۆتاییدا هۆکاری گومڕایی بێت لە خەوو تەمبەڵی و بێئاگاییەوە سەرچاوە بگرێت، تاماسییە.

٤٠. ئەی پاڵەوانی دوژمن شکێن، کەس نییە لەهەموو ئەم ئاسمان و زەمینەدا کە بتوانێ بێبەری بێت لە سێ گۆناکەی پڕاکریتی.

٤١. کردەوەکانی هەموو کەسێك لە برەهمی و کشاتریا و ڤایشیا و شودری، بەپێی ئەو گۆنایانەیە کە سروشتی ئەویان پێکهێناوە.

٤٢. ئارامی، خۆگرتنەوە، زوهد، پاکی، ڕاستگۆیی، ئاقڵی، زانین و بڕوای مەزهەبی

ئەمانەن ئەرکی کەسێك کە بە برەهمەنی لەدایکبووە.

٤٣. دلێری، بەهێزی، سەقامگیری، ڕاستگۆیی، ڕانەکردن لە جەنگ، جوامێری، گەورەیی، ئەرکی سەرشانی کشاتریاکانە.

٤٤. کشتوکاڵ، مانگاداری، کاسبی، ئەرکی ڤایشیاکانە.

کرێکاری، ئەرك و فەرمانی شودراکانە.

بە سەقامگیری و دڵ بوون بە ئەرکی سەرشانەوە دەتوانی بگەیتە کەماڵ.

٤٥. ئێستا گوێ بگرە کە چۆن دڵ بە ئەرکی سەرشانەوە بوون پیاو دەگەیەنێتە کەماڵ.

٤٦. هەرکەسێك پەرستشی ئەو زاتە بکات کە هەموو بوون لەوەوەیە و دەوری هەمووانی داوە، لەڕێگەی ئەو ئەرکەوە کە لەسەر شانییەتی، ئەوا دەگاتە کەماڵ.

٤٧. کەسێك کاری خۆی ئەگەرچی کەمووکورت ئەنجام بدات، باشترە لەوەی سەرقاڵی کاری خەڵك بێت ئەگەر چی بەتەواویش ئەنجامی بدات.

چونکە هیچ کەس بەئەنجامدانی ئەرکی خۆی کەبەپێی سروشتی خۆیەتی گوناهبار نابێت.

٤٨. هیچ کەس نابێت لە ئەنجامدانی ئەو ئەرکەی سروشت بۆی داناوە خۆی بدزێتەوە، ئەگەرچی نوقسانی تێدابێت.

چونکە هیچ کارێك بێ کەموکوڕی نییە وەکو کە ئاگر بێ دوکەڵ نییە.

٤٩. کەسێك لەهەموو بارەکاندا بیری لە پەیوەستبوون ئازادە،
کەسێك نەفسی خۆی ڕام کردووەو گوریسی کردۆتە ملی هەوەس،
وەها کەسێك تەرککردنی کردار دەیگەیەنێتە بەرزترین مەقامی ئازادی لە کردار.

٥٠. ئەی کوڕی کۆنتی، ئێستا ئاماژەیەك دەکەین بەوەی کە چۆن وەها کەسێك دەگات بە کەماڵ، بە بڕەهمەن کە مەبەستی هەرە گەورەی زانینە.

٥١. ئەگەر دڵ پاك بکاتەوەو لەش و هەستەکان بە جێگیرییەوە ڕام بکات، وە دەنگ و شتە هەستەکییەکانی تر پشتگوێ بخات و تێپەڕێت لە دۆستی و دوژمنی.

٥٢. وە بە خەڵوەکێشان و کەمخۆری زمان و لەش لگاو بکات، وە هەم خۆی بخاتە زیکرو تێڕامانەوەو لە کونجی بێنیازیدا ئۆقرەبگرێت.

٥٣. وە بە تێپەڕبوون لە خۆپەرستی، ستەم، خۆبەگەورەزانین، شەهوەت، تووڕەبوون و سەروەت، لە کۆتی منێتی ڕزگاری ببێت و لە دوودڵی ئازادبێت، خۆی بخاتە سەر ڕێگەی گەیشتن بە بڕەهمەن.

٥٤. ئەگەر بڕەهمەنی بەدەستهێنا ئارام دەبێتەوە، خەم و شادی ڕێی تێنابەن و هەموو بوونەوەر بە یەك چاو دەبینێ و دەگاتە مەقامی بالاّی خۆشەویستی.

٥٥. وە ئەو کاتەی کە لەڕێگەی خۆشەویستییەوە من بناسێت،
وە بزانێ من کێم و چیم،
کاتێك بەڕاستی منی ناسی
بەیەکجاری لە مندا فەنا دەبێت.

٥٦. هەرچی بکات لە پەنای مندا دەبێت و لە عینایەتی منەوە دەگاتە مەقامی نەمری و لەناونەچوون.

٥٧. هەرچی دەکەیت بە نییەتی من بیکەو من بکەرە مەبەستی سەرەکی خۆت. بە هیممەتەوە ڕیازەتی ناوەکی بکەو هەموو بیری خۆت بخەرە سەر من.

٥٨. ئەگەر دڵت سپاردە من بە بەخششی من دەتوانی زاڵ بیت بەسەر هەموو کێشەکاندا.

بەڵام ئەگەر فریوی نەفس بخۆیت و گوێ نەدەیتە دەنگی من، لەناودەچیت.

٥٩. وە ئەگەر بە خۆپەرستییەوە بتەوێت واز لە شەڕکردن بێنی، ئەم بیرەت بێهودە دەبێت چونکە سروشتی تۆ وەك کشاتریایەك تۆ بانگ دەکات بۆ جەنگ.

٦٠. ئەی کوڕی کۆنتی، کارما کە پێویستیی سروشتی تۆیە، تۆ هان دەدات بۆ ئەو شتەی وەکو خۆیەتی،

ئەگەرچی لە نەزانییەوە نەتەوێت ئەنجامی بدەیت.

٦١. ئەی ئەرجونا، خودا لە دڵی هەموو بونەوەرەکاندایە، بە هێزی مایا وەکو یاریچی ئەوان دەجولێنێت.

٦٢. ئەی بهاراتا، بەهەموو بوونی خۆتەوە ڕاکە و پەنا بگرە، تا بە عینایەتی ئەو بتوانی بگەیتە مەقامی سەرمەدی و ئارامی ڕەها.

٦٣. ئەم حیکمەتە کە بە تۆم وت نهێنی نهێنییەکانە،

ئێستا بیربکەرەوەو هەرچۆنێکت دەوێ کاری پێ بکە.

٦٤. ئێستا دیسان گوێبدەرە بالاترین قسەی من،

ئەمە قوڵترین نهێنییە، چونکە تۆ خۆشەویست و ئەزیزی منی و منیش ئەبێ ئەوەی بە چاکەی تۆیە پێت بڵێم.

٦٥. سەرانسەری بیرکردنەوەکانت بخەرە سەر من و دڵ بە منەوە گرێبدە و لەڕێگەی مندا قوربانی بدەو لەبەرامبەرمدا کڕنوش بەرە، بەمانە دەگەیت بە ژوانی من.

٦٦. بەڕاستی کە ئەم پەیمانە بە تۆ دەدەم، تۆ لای من زۆر ئەزیزی،

واز لەهەموو کارەکانت بێنەو وەرە بۆلای من،
تەنها وەرەو پەنا بە من بگرە،
من تۆ ئازاد دەکەم لەهەموو گوناهەکانت، خەم مەخۆ.

٦٧. ئەم قسانە بەو کەسانە مەڵێ کە ڕیازەتیان نەکردووەو بۆنی خۆشەویستییان نەکردووەو بەو کەسانەش مەڵێ کە حەزناکەن بیبیستن یان گاڵتە بە قسەکانی من ئەکەن.[٢١٤]

٦٨. بەلاّم کەسێك کە بەوەفاوە ئەم ڕازە فێری دۆستەکانی من بکات، بێگومان دەگاتە ژوانی من.[٢١٥]

٦٩. هیچ کەسێك بەڕێزتر لەم خزمەتەم ناکات، هیچ کەس لای من لەو بەڕێزتر نییە.

---

[214] - ئەم سوترایە زۆر شت ئەڵێت. یەکەمیا ئەوەی کە ئـەم نهێنیانـەی کـە کریـشنا بـە نهێنـی بـالاّو ڕازیبوون ناوی دەبات، شتێك نییە کە بە خوێندنەوەو زانینـی بتـوانین تێـی بگـەیت و بیناسـیت. بـەڵکو دەبێت بە ئەزموون و موریدبوون بەدەستی بێنیت. موریدیش بەوە نییە موریدی کام پێغەمبـەر یـان کـام شێخ و سوامیت، بەڵکو بەوە دەبێت ڕیازەت بکەیت و خۆت کـۆنترۆڵ بکـەیت و لـەو ڕێگەیـەوە بگەیتـە مەقامی خۆشەویستی کە بەرابەرە بە مەقامی فەنا. دووەم شت کە لەم سوترایەدا باسی کراوە ئەوەیە کـە کەسانێك هەن نایانەوێت ئەم شتانە بزانن و لەنێو سەرابدا جێی خۆیان خۆش کردووە، نابێت یۆگی بـەزۆر خەڵك بەئاگابێنێتەوە ئەگەر ئەو کەسە خۆی داوای نەکات و نەیەوێت، چونکە یۆگا بەزۆر نییـە و ئـەبێت کەسەکە گەشتبێتە مەقامێك کە خۆی بیەوێت بگاتە هەقیقەت. هەروەها پێویست ناکات بـۆ سـەلماندنی ئەم قسانە موناقەشە لەگەڵ ئەو کەسانە بکرێت کە گاڵتـەیان پێـدێت، ئەمـەش بـۆ ئەوەیـە کـە موریـد دووچاری گومان و ساردبوونەوە نەبێت.

[215] - وەك لە قورئانیشدا هاتووە فێرکردن خێر و عیبادەتە، واتە ڕێگەیەکە بـۆ نزیکبوونـەوە لـە خـودا. بەلاّم ئەبێت بزانین هەموو فێرکردنێك عیبادەت نییە و یۆگییەکان پێویستە خۆیان ڕازەکان ئاشکرابکەن و ڕێگەیەك پیشانی مرۆڤەکانی تر بدەن کە بتوانێت ئەو ڕازەیان بۆ ئاشکرابکات.

٧٠. وە ئەوەی بە دڵسۆزی و بە بێگومان گوێ لەم قسانە بگرێ، ئازادی دەدۆزێتەو دەچێتە جیهانی پیاوچاکانەوە.

٧١. ئەرجونا ئەم قسانەت بە گوێی هۆش بیست؟ گومانی نەزانانەی تۆ ڕەوییەوە؟

ئەرجونا:

٧٢. هەموو گومانەکانم ڕەوینەوە، بە لوتفی تۆ دیسان خۆم ناسی، دڵنیام کە گومانم لە دڵدا نەماوەو ئەوەی فەرموت ئەنجامی ئەدەم.

سانجایا:

٧٤. ئەی پادشا، ئاوابوو وتەکانی ڤاسۆدێڤا و پارتهای دەروون پاك کە بە بیستنی موو بە لەشمەوە گرژ دەبێت.

٧٥. وە من ئەم یۆگا باڵا و قوڵەم بە لوتفی ڤیاسا لە دوو لێوەکان، کریشنای گەورەی یۆگا بیست.

٧٦. وە هەرکاتێك ئەم وتە سەرسوڕهێنەرانەم بیردەکەوێتەوە کە لەنێوان کیشاڤا و ئەرجونادا ڕوویدا، شادوومانیم زیاد ئەکات.

٧٧.وە کاتێك ئەو وێنە سەیرو سەمەرەیەی کریشنام دێتەوە یاد، ئەی پادشا، حەیرەت ئەمگرێت و پڕ ئەبم لە شەوق و شادی.

٧٨. لەو شوێنەی کریشنا خاوەنی یۆگایە،

لەو شوێنەی پارتها کەوانداره،[٢١٦]

[216] - مەرج نیە لەهەموو شوێنێك کریشنا خاوەنی یۆگابێت، چونکە هەموو ئەوانەی یۆگا دەکەن بەتایبەت لەم زەمەنەدا مەرج نییە بۆ گەیشتن بە خودا یۆگا بکەن، بەڵکو هەندێك بۆ کۆکردنەوەی پارە

خۆشی و سەرکەوتن و خێروبێر لەوێیە،

ئەمەیە بیروڕای من.

یان خەڵك لەدەوری خۆیان یۆگا دەکەن. هەروەها مەرج نییە هەموو ئەوانەی موریدی یۆگان واتە کەواندارن(ئەوەی تیروکەوانی پێیە)، چونکە هەندێ بۆ پڕکردنەوەی بەتاڵی دەروونی و تەندروستی جەستەیی یۆگا دەکەن، کەواتە ئەگەر مرۆڤ لەپێناوی گەیشتن بە هەقیقەت موریدێکی باش بێت و خودای کردبێتە نیشانەی تیرەکەی ئەوا بێگومان دەگاتە خێر و بێر و شادی هەتاهەتایی.



فەرهەنگی زاراوە سانسکرێتییەکان

ئۆم: ناوی گەورەو پیرۆزی خودایە، هیچ مانایەکی نییە. یەکەمین لەرینەوەی کەونییە کە هەموو شتێکی لێدروست بووە.

ئۆم کارا: بڕگەی ئۆم .

ئاتمان : ڕۆحی مرۆیی، ڕۆحی تاکەکەسی. دەرکەوتەی سنورداری خودایە

ئاهیمسا: ناتوندوتیژی، ئازارنەگەیاندن .

ئاپارا: بەرز.

ئاستیا: دزی نەکردن.

ئانگا: بەش، ئەندام.

ئاکاشا: فەزا.

ئاشتانگا: هەشت ئەندام ، هەشت لق.

ئاتەرڤەڤیدا: چوارەم و کۆتا تێکستی ڤیدایە.

ئاناهاتا: مەڵبەندی دەنگ. چوارەم چاکرایە لە لەشی پڕانیکدا کە بە چاکرای دڵ ناودەبرێت.

ئاهەمکارا: منێتی. پاش پڕاکریتی و ماهات سێهەم دەرکەوتەی پوروشایە. هۆکاری هەبوون مانەوەی شتەکانە.

ئاسمیتا: خۆپەسەندی، خۆپەرستی .

ئادهارما: ناقانونی. دهارما یاسای کەونییەو ئادهارما واتە ئەو شتانەی دژی یاسای کەونین یان ئەو شتانەی لەگەڵ یاسای کەونی نایەنەوە.

ئاسانا: بار، حاڵەت، تەکنیك. مەبەست لە حاڵەتێکی جەستەییە کە مرۆڤ تیادا بتوانێ بمێنێتەوە بێ جوڵەو ئازار.

ئاگنی: ئاگر، لە ڤیدادا مەبەستی ئاگری دەرەکییەو لە ئایورڤیدادا مەبەستی هێزی میتابۆلیزمە.

ئادهی یوتیك: ئازارە سروشتییەکان کە دێنەر سەر ڕێی مرۆڤ .

ئاستیکا: بڕوادار، مەبەست لەو دارشانایانەی سەر بە ئایینی هیندۆیزمە کە بڕوایان بە خودا یان لانی کەم بە ڕۆح هەیە.

ئاپری گراهە: بێتەماعی.

ئاپاس: ڕیازەت. چەند ڕاهێنانێکی تایبەتە بۆ کۆنترۆڵی ئیرادەو نەفس.

ئایشڤاریام: حوکمڕانی، یەکێکە لە تایبەتمەندییەکانی ڕۆحی کەونی پورِوشا.

ئادهیاڤاسایە: تصدیق کردن. یەکێکە لە تایبەتمەندییەکانی ڕۆحی کەونی

ئاهەم: من.

ئانوشتوپا: یەکێکە لەو بەحرە شیعریانەی ڤیداکانی لەسەر نوسراوە.

ئاشنیکا: یەکێکە لەو بەحرە شیعریانەی ڤیداکانی لەسەر نوسراوە.

ئاکارشنا: تیر.

ئاکشاپاداگۆوتاما: ناوی یەکێکە لە ڕیشیە دێرینەکانی هیند کە نیایا دارشانای دامەزراندووەو تێکستی نیایاسوترای نوسیوە.

ئایورڤیدا : زانستی ژیان. لقێکە لە زانستە ڤیداییەکان دەکۆڵێتەوە، لە تەمەن درێژی و تەندروستی جەستەیی و چارەسەری نەخۆشییەکان .

ئانتەرمۆونا : بێدەنگی ناوەکی .

ئارامبا ئاڤاستا: یەکەم پلەو مەقامی پڕانایامای یۆگای پاتانجالیە .

ئانتارانگا شاکتی: وزەی ناوەکی، مەبەست لەو وزە ناوەکییەیە کە خودا لەڕێگەیەوە دەرکەوتووە.

ئاسات: ناهەقیقی .

ئاما (ئاگادا): ژەهر .

ئاڤاتار: دەرکەوتە. بەمانای دەرکەوتنی خودایە لە کەسێکی تایبەتدا لەڕێگەی کردارەکانی ئەو کەسەوە .

ئوپاڤیدا: ڤیدای سانەوی .

ئاکلیشتا: ئازاربەخش .

ئاجنا: مۆڵگەی زانین. ناوی شەشەم چاکرایە لە لەشی مرۆڤدا.شوێنی ئەو زانینە ئیلاهییەیە کە سۆفییەکان (علم من لدن)ی پێدەڵێن .

ئاسورا : شەیتان .

ئاگاداتانترا: ژەهرناسی، لقێکە لە زانستی ئایورڤیدا .

ئوتارا میمانسا: بەشێکە لە دارشانای میمانساو زیاتر باس لە مەعریفەی برەهمەن دەکات .

ئەرجونا: بەهێز، ناوی موریدەکەی کریشنایە، کوڕی پاندووە و لە گیتادا دەبێتە پاڵەوانی داستانەکە.

....

باهیاکاشا: فەزای دەرەکی .

باندها: قفڵ .

باهیرانگاشاکتی: وزەی دەرەکی خودا.

بهاگاڤادگیتا: سرودی خواوەند. دەفتەری شەشەمی ماهابهاراتایە، یەکێکە لە ئوپانیشادەکان. وشەکە لە بهاگاڤا-گیتاوە هاتووە کە یەکەمیان بەمانای خودا و دووەمیان بە واتای سرود و گۆرانی هاتووە.

برەهمەن : خواوەندی ڕەهاو بێسنور لە ئوپانیشادەکاندا .

برەهما: پێکهێنەر، دروستکار، خودایە لە پلەی دروستکاردا واتە (خالق).

برەهمەچاریی: خۆگرتنەوە لە جنس، کۆنترۆڵی سێکس .

بهاستریکا: یەکێکە لە ڕاهێنانەکانی هەناسە لە پرانایامای هاتایۆگادا .

بودهی : ئەقڵی تاکەکەسی .

بودا: ڕۆشن بووەوە. ئەقڵێك کە گەشتۆتە ماهات واتە ئەقڵی کەونی. بە هەسارەی عەتاردیش دەوترێت.

....

جنانا: زانین، ئەپستمۆلۆژی .

جنانایۆگا: یەکبوون لەڕێگەی مەعریفەوە .

جناناڤیدیا: زانینی مەعریفی.

جالانیتی: شتنی لوت بە ئاو. یەکێکە لە ڕاهێنانە سلوکییەکانی هاتایۆگا بۆ پاککردنەوەی ڕێرەوی هەناسەو ڕێڕەوی مەعریفە .

....

دهارما : قانون، یاسا، دین .مەبەست لەو قانونە کەونییەیە کە پڕاکریتی بەڕێوە دەبات .

ساناتانادارما: قانونی کەونی .

دهیانا: چاودێری، تێڕامان، کۆکردنەوەی زهن لەسەر بەتاڵی، بەتاڵییەك کە نـاوو فۆرمی تیانەبێت.

دهارانا: وردگەری، تەرکیز. کۆبونەوەی زهن لەسەر شتێك بیّ لادان لێی.

دۆشا: حاڵەتی بوونی شتێك لە بارێکی تایبەتدا. مەبەست لەو سیّ دۆشایەیە کە مرۆڤی بەسەردا دابەش دەکرێت لە ئایورڤیدادا و پێکدێت لە کافاو ڤاتا و پیتا .

دارشانا: ڕێگە. دیدگا .

دریشتی: ڕوانین، سەیرکردن.

دهانور: کەوان.

دهانور ڤیدا: زانستی جەنگی ڤیدایی.

دیڤیا چیکیتسا : چارەسەی ناخودئاگایی.

....

هاتا: خۆرو مانگ، بڕگەی ها هێمایە بۆ خۆرو بڕگەی تا هێمایە بۆ مانگ .

هاتایۆگا: یەکبوون لە ڕێگەی یەکبوونی هەردوو هێزی خۆرو مانگ یـان هـەردوو لای ڕاست و چەپی مێشك.

هاستا: دەست.

هاریدایا: دڵ

....

مالا: تەزبێح.

مۆلادهارا : ڕیشە، بنچینە. ناوی چاکرای یەکەمە لە لەشی پڕانیکدا .

مانی پورا : شاری جەواهیرات، سێهەمین چاکرایە و دەکەوێتە سەر ناوك

مانترا: وشەی پیرۆز .

مادهاڤا: بەخت و شانس. یەکێکە لە ناوەکانی کریشنا .

ماکارا : بڕگەی میم .

ماناس : زهن .

ماهات: ئەقڵی گشتی. لۆگۆس.

ماها: گەورە .

ماهیشڤارا : خودای گەورە .

ماهاکالی :کالی گەورە .

ماهاشیڤا : شیڤای گەورە و بەرز .

مایاماتام: نوسینی مایا. ئەم تێکستە لەلایەن ماناوە نوسراوە تایبەتە بە هەندەسەی ڤیدایی .

مایورا: تاوس

ماهاشاکتی: وزەی گەورە. وزەی ڕەها.

مۆکتا : ئازادی.

مۆکتی: ئازادبوو.

مۆکشا: ئازادی.

مۆونا: بێدەنگی.

میترا: خۆر .

مودرا: قفلٚ .

مایا: وەهم .

مانگالا: مەریخ .

مانو: باوکی مرۆڤایەتی . لە ئایینە سامییەکاندا بە ئادەم بەناوبانگە .

ماد: شەرابی ئیلاهی. مەبەست لە نیکتارە.

....

شاکتی: وزەی دایك. ناوی ژنەکەی شیڤایە و هێمایە بۆ وزەی کەونی کە پشتی بە شیڤا واتە ئاگایی کەونی بەستوە.

شانتی: ئارامی .

شانکاراچاریا: کەسێتی پیرۆز. دامەزرێنەرو شیکەرەوەی ڤێدانتا ئەدڤایتایە. یەکێکە لە کەسایەتییە زۆر گەورەکانی هیند لەڕووی فەلسەفی و ڕۆحییەوە.

شاسترا: دەق.

شەئوچە: پاکوخاوێنی. هەندێ ڕاهێنانە یۆگییەکان بۆ پاککردنەوەی گەدەو ڕیخۆڵەو بۆشاییەکانی لوت ئەنجامی دەدەن .

شالیا تانترا: نەشتەرگەری .

شیڤا: کاولکار، ڕوخێنەر. ئاگایی ئیلاهی. یەکێکە لە ناوەکانی خودا کە لە ئاتەرڤەڤیداو یاجورڤیدادا ناوی هاتووە. هەندێجار وەك لەناوبەرو ڕوخێنەر باسی لێکراوە (القاهر) و هەندێجاریش وەك خودای بەسۆزو میهرەبان و ڕزگارکەر باسکراوە (المعز).

شانی : زوحەل .

شوکرا : زوهرە .

شانموکی مودرا: داخستنی حەوت دەرگا. مەبەست لەبەستنی هەردوو کونەلوت و هەردوو چاوو هەردوو گوێ و دەمە و بردنەوەی زهنە بۆ ناوەوەی خود .

شامبهاڤی: یەکێکە لە ناوەکانی پارڤاتی خێزانی شیڤا. یەکێکە لە مودراکانی هاتایۆگا .

شاتکارما: شەش پاککردنەوەکەی هاتایۆگا.

شیڤالینگام: دەزگای زاووزێی شیڤا. کە لە هێما پیرۆزەکانە لە هیندۆیزمداو جێگەی ڕێزەو مەبەست لێی وێناکردنی تیۆری دروستبوونە لە ڤیدادا.

شیکپا: فۆنەتیك.

شری: بەڕێز.

....

سوریا: خۆر. یەکێکە لە فریشتەکانی نێو ڤیدا. هەروەها یەکێکە لە ناوەکانی خودا لە ڤیدادا.

سانیاسین: ڕەند، قەلەندەر، گەڕۆك. کەسێك کە هەموو شتێکی بەجێهێشتوە بێجگە لە خوا.

سوکشما: تیوار. ناسك.

سوترا: پەت، دەزوو. بەو ئایەتانەی ڤیداکان و تێکستە پیرۆزەکانی هیند دەوترێن کە لە چەند وشەیەکی کەم پێکهاتوون بەلاّم زۆر پڕ مانان و پێویستیان بە لێکدانەوە هەیە.

سانتوشا: ڕازیبوون .

ساتیا: ڕاستی، هەقیقەت.

ساما: هاوسەنگ.

ساماڤیدا: دووەم تێکستی سامهیتای ڤیدایە لەڕووی گرنگی و مێژووییەوە.

سڤادهیایا: خۆخوێندنەوە. یەکێك لە ئەرکەکانی یۆگای پاتانجالییە کە مرۆڤ ڕادەستی لێکۆڵینەوە و خوێندنەوە دەکات.

ساهسرارا: حەوتەمین چاکرایە لە لەشی پرانیکدا.

ساتڤا: ڕووناك، باش، یەكێكە لەو سێ گۆنایەی كەونی لێوە دەركەوتووە.

سوادهیستانا: دووەمین چاكرایە پەیوەندی بە سێكس و ساماسكاراكانی ژیانەكانی پێشووەوە هەیە .

سەمادهی: تەركیزێكی زۆر قوڵ بەشێوەیەك كە ڕوانەرو ڕوانین و ڕوانراو ببنە یەك. كۆتا مەقامی یۆگای پاتانجالییە.

سارڤام: هەموو.

سڤا: خود.

سۆشۆمنا: ڕێڕەوەی سەرەكی كوندالینییە لە لەشی پرانیكدا كە بە یەكبوونی ئایداو پینگالا دەكەوێتە كار.

سمریتایا: یادەوەری .

سارڤانگا: هەموو لەش. هەموو ئەندامەكان، یەكێكە لە ڕاهێنانەكانی هاتایۆگا بۆ گەڕانەوەی نیكتار بۆ ساهسرارا.

سوریاناماسكار: سڵاو بۆ خۆر. كۆرسێك ڕاهێنانی یۆگایە بەیانیان بەرامبەر خۆر ئەنجام دەدرێت لەكاتی خۆرهەڵاتن .

سوامی ئاناندا سیدارتا گیری: ناوی ڕۆحیی یەكێكە لە مامۆستاكانی یۆگا لەم زەمەنەدا.

ساكینی: ناوی خودایە كاتێك وەك فریشتەی پاككەرەوەی نیكتار دەردەكەوێت.

سادا شیڤا: دەركەوتەی خودایە لە فریشتەیەكدا كە لە ڤیشۆدهی چاكاردا نیشتەجێیەو پەیوەستە بە دلسۆزی و ئیخلاسەوە.

سۆما: گیایەکە لە هیمالایا. لە ڤیداکاندا هەندێجار بۆ مانگ بەکارهاتووە. هەروەها ناوی ئەو شەرابەیە کە برەهمییەکان لەکاتی قوربانییەکاندا بۆ خودای ئاگنی دەیخۆنەوە و دابەشی دەکەن.

ستریکاتانی: ناوی ماندالای چواری ئاتەرڤەڤیدایەك تایبەتە بە ئافرەتەوە.

....

تانترا: فراوانبوونی ئاگایی. مەبەست لەو فەلەسەیەیە کە هیندییەکان پێش هاتنی ڕیگ ڤیدا بۆهیند کاریان لەسەر کردووە و بڕوایان پێی بووە.

تاتڤا: ڕەگەز.

تات: ئەو، مەبەست لە خوداوەندە.

تاتاستا شاکتی: وزەی ناوەکی خودا.

تاماس: تاریك، تەمبەڵ. یەکێکە لەو سێ گۆنایەی کە بونەوەریان لێ پێکهاتووە.

تانماترا: ڕەگەزی تیوار.

تایکا: یەکێکە لە مەکتەبە ئایورڤیدیکییەکانی هیندستان.

تری: سێ.

تری گۆنا: سێ گۆنا. مەبەست لەو سێ کەیفییەتەن کە بوونیان لێ دروستبووە واتە بەرزی و نزمی و ئەو شتەی کە ئەو دوانە بەردەوام دەکات کە ساتڤیك و تاماس و ڕاجاسن. لە کوردیدا زاراوەیەك نییە بەتەواوی بەرامبەر گۆنا.

تری گۆناتیتا: زهنی ئازادبوو لە سێ گۆناکە.

تەپەس: ڕیازەی نەفس، کۆمەڵێك ڕاهێنانن لە ئایینی ڤیدایی و یۆگادا بۆ بەهێزکردنی ئیرادەو کۆنترۆڵی نەفس.

....

یۆگا: یەکبوون. یەکگرتن. بەم ڕێگەیە دەوترێت کە تیایدا یەکبوونی ئاتمان و پاراماتمان واتە ڕۆحی مرۆڤ و ڕۆحی خودا ڕوودەدات.

یۆگابهراشتا: یۆگا ناسەرکەوتوو، یۆگییەك کە لەڕێگەکەی خۆی سەرکەوتوو نەبێت و نەگاتە فەنا.

یۆگادارشان: ڕێگەی یەکبوون. ڕێگەی یۆگا.

یۆگاسادانا: ڕاهێنانی یۆگا. ڕاهێنان بۆ گەیشتن بە یەکبوون.

یۆگیشڤارا: گەورەی یۆگییەکان. یەکێکە لە ناوەکانی خودا.

یاجنا: قوربانی.

یاجورڤیدا: سێهەم تێکستی ڤیداکانە.

یوگە: زەمەن.

یانترا: وێنەی ئیلاهی، نەخشەی خودایی.

یاما: خوای مەرگ. یەکەم پێنج ئەرکی یۆگی لە یۆگای پاتانجالی .

....

ڕاجا: پادشا

ڕاجایۆگا: یۆگای خەسرەوانی، یۆگای شاهانە.

ڕاجاس: لێڵ، گۆڕاو، بزۆك. یەکێکە لە سێ گۆناکە کە مایەی جوڵە و هەڵچوون و داچوونە .

ڕوپا: :شکڵ ، فۆرم، وێنە.

ڕیگ ڤیدا: یەکەم و گرنگترین ڤیدایە کە ئارییەکان نوسیویانە.

ڕیچاکا: هەناسە هەڵمژین.

ڕاگا: میلۆدی. ئاواز.

ڕاسایانا: هێزی گەنجی.

....

پاتانجالی: کەسایەتییەکی گەورەی ڕۆحانی و فەیلەسوفێکی هیندییە کە یۆگای پلەبەندی کردووە لە تێکستی یۆگاسوترادا. مێژووی بوونی دەگەڕێتەوە بۆ ۲۳۰۰ ساڵ لەمەوبەر.

پاڕاشارا شاکتی: ناوی یەکێکە لە کوڕەکانی شری ڤاشیستا.

پڕانایاما: درێژکردنەوەی هەناسە. چوارەم مەقامی یۆگایە. بەو ڕاهێنانانەی هەناسە دەوترێت کە مرۆڤ دەگەیەننە نور و پەردەکانی نوریشی پێ دەبرن.

پڕیتها: خێزانی پاندۆ شا و دایکی پانداڤاکان کە زۆر جار لە گیتادا بە کۆنتی ناوی هاتووە.

پڕاکریتی: بوونی یەکەم، وزە، سروشتی ماددی.

پڕیما: عەشق.

پوروشا: ڕۆحی ئیلاهی یان ڕۆحی مرۆیی. زات.

پڕاناڤا: مەبەست لە وشەی ئۆمە .

پاڕاماتمان: ئاتمانی گەورە. مەبەست لە خودایە وەك ڕۆحی گەورەی جیهانی کە هەموو شتێك لەو پەیدابووە .

پاڕاماشیڤا: شیڤای گەورە .

پایوو: کۆم.

پادە: قاچ .

پارڤاتی: نازناوێکی دیکەی شاکتیە، پارڤاتی لە چیرۆکە ڕۆحانییەکاندا بە هاوسەری شیڤا ناوی هاتووە.

پریتیڤی: خاك.

پیتا: یەکێکە لە دۆشاکان و بە دۆشای ناوەند ناودەبرێت .

پرەماتری: زانەر، یەکێکە لە هۆکارەکانی زانین لە دارشانای نیایادا.

پرامیا: زانراو، یەکێکە لە هۆکارەکانی زانین لە دارشانای نیایادا.

پرامیتی: سەرەنجام. یەکێکە لە هۆکارەکانی زانین لە دارشانای نیایادا.

پرامانا: هۆکاری زانین.

پرایاتا: هەوڵ و ئیرادە.

....

کارما: کار، مەبەست لە کارو کاردانەوەی کارە.

کارماکاندا: بەشی کاروکردەوە .

کارمایۆگی: ئەو یۆگییەی بۆ پاداشتی کار کارناکات .

کارمایۆگی: یەکبوون لەڕێگەی کاری بێچاوەڕێی پاداشت.

کالا : هونەر .

کایڤالیا: بەرزترین مەقامی سامادهییە، ناوی یەکێکە لە ئوپانیشادەکان.

کاپالابهاتی: ڕووناکبوونەوەی ناوچەوان، ناوی یەکێکە لە ڕاهێنانەکانی هەناسە.

کشیپتا: زهنێك کە زۆر پەشێوو بلاّو بێت .

کلیشا: لەزەت بەخش .

کچاری: زمان.

کافا: ناوی یەکێکە لە دۆشاکانی لەش .

کریشنا: ڕەش، ئەسمەر، یەکێکە لە دەرکەوتەکانی ڤیشنۆ. خاوەنی میهرەبانییەکی بێسنورە. گوروو مورشیدی ئەرجوناو گالیسکەوانییەتی لە شەڕی کوروکشترادا.

کریا: پاککردنەوە.

کریایۆگا: یەکبوون لەڕێگەی پاکبوونەوەوە. یەکێکە لەڕێگە گرنگەکانی یۆگا.

کەنقە: ناوی یەکێك لەو مەکتەبە ڤیداییانەیە کە یاجورڤیدای سپیان کۆکردەوە.

کایا چیکیستا: پزیشکی گشتی، لقێکە لە ئایورڤیدا.

کۆمارابریتیا: نەخۆشییەکانی ژنان و منداڵبوون. لقێکە لە ئایورڤیدا.

کانداتالا: یەکێکە لەو ئاوازانەی ڤیدای پێدەخوێنرێتەوە.

کوندالینی: ماری نوستو.

....

ڤاتا: یەکێکە لە دۆشاکان لە زانستی ئایورڤیدادا کە لەشی بەسەردا دابەش دەکرێت.

ڤایوو: هەوا، مەبەست لە ڕەگەزی هەوا یان پلازمایە لە بووندا .

ڤیشنۆ: پارێزەر، یەکێکە لە ناوەکانی خودا کاتێ بوون لەڕێگەی بوونی خۆیەوە دەپارێزێت.

ڤیاسا: ناوی نوسەرەوەی ڤیداکانە. یەکێکە لە ڕیشیە بەناوبانگەکان کە هەندێ لە تێکستە ڤیداییەکانی لە لەناوچوون پاراست .

ڤیکەلپە: وەهم .

ڤیپەریەیە: تێنەگەیشتن، یەکێکە لە چیتە ڤریتییەکان لە یۆگاسوترادا.

ڤیــدا: زانــین، مەبەســت لــەو تێکــستانەیە کــە هیندییــەکان و ئارییــەکان لــە مێژوویەکی دێرینەوە لەلایــەن ڕیــشیەکانەوە وەریــان گرتــووە و شــەریعەت و ڕێگــەو فەلسەفەی خۆیان لەسەر بنیات ناوە .

ڤــاجرا: هەورەبروســکە. یەکێکــە لــە ناوەکــانی خــودا لــە ڤیــدادا، یەکێکــە لــە فریشتەکانی خودا .

ڤیکشیپتە: بلاّو، شـێواو، یەکێکـە لـە حاڵەتـەکانی دەرکـەوتنی زهـن کـە کـەمتر لەباری کشیپتە ئالۆزە بەلاّم هێشتا بەتەواوی ناتوانێ تەرکیز کۆبکاتەوە.

ڤاجی کارانا: سێکس ناسی، بەشێکە لە ئایورڤیدا.

ڤیاکارانا : دەستووری زمان، بەشێکە لـە زانـستەکانی نێـو ڤیـدا بـۆ چـۆنییەتی خوێندنەوەی ڤیداکانە.

ڤالمیکی: نوسەری مەلحەمەی ڕامایاناى هیندییە.

ڤارامانترا: مانترای ڕۆژ. ئەو مانترا ڤیداییانەن کە بە ڕۆژ دەخوێنرێن.

....

نیاما: دوورکەوتنەوە، دووەم مـەقامی یۆگـای پاتانجالییـە و پێـنج ئەرکـە یـۆگی ئەنجامیان دەدات.

نات: فیرقەیەکن لە هیند کە بودایی بوون و هاتایۆگایان لە تیاچوون پاراست.

ناگائاسترا: چەکی شێوە مار.

نەمەسکار: سلاّو.

نیدرا: خەو.

ناما: ناو.

نیایا: وردو تیوار.

نیرۆکتا: مانا. مەبەست لە مانای سوتراکانی ڤیدایە.

نیراکارا: بێشکڵ و ناو.

نیرگۆنا: بێ ناونیشان و بەدەر لە گۆناکان.

....

جیڤا: زات، یان تاکەکەس.

جیڤان موکتی: ئازادبوونی تاك.

جی: بەڕێز.

جیمینی: یەکێکە لەو چوار موریدەی ڤیاسا کە ڤیداکانیان لێ وەرگرت تا بڵاوی بکەنەوە.

....

لیّلا دیّڤا: یاری خودایی.

....

چاندا: کێش و سەروا.

چیتەڤریتی: شەپۆلەکانی ئاگایی، یان شەپۆلە زهنییەکان.

....

گرانا: لوت. یەکێکە لە ئەسڵەکانی سانکهیا.

گاندها: بۆن.

بەرهەمەکانی تری وەرگێڕ:

نوسین و لێکۆڵینەوە:

١. خاچ و گەیشتن بە خودا لەڕێگەی یۆگاوە

٢. زانست و فەلسەفە ڤیداییەکان

٣. ئارامی لە ڕێگەی یۆگاوە

٤. یۆگا دارشان

٥. ئەو لە نیگاهێکدا

٦. لەبارەی یۆگا و ڕۆحانییەتەوە

٧. فەرهەنگی زمانی سانسکرێتی (لە قۆناغی پاکنوسدایە)

٨. زانستی ژیان (ئایور ڤیدا) (لە قۆناغی پاکنوسدایە)

٩. شێوازی وتنەوەو پراکتیزەی یۆگا بۆ مامۆستای یۆگا

وەرگێڕان:

١. هاتایۆگا پرادیپیکا

٢. ڕێگەی یۆگا- بە هاوبەشی لەگەڵ بەڕێز دکتۆر محەمەد ئەحمەد.

٣. بهاگاڤادگیتا

٤. کۆی دوو دەریاکە

٥. بەرەو کوێ

نوسینی پێشەکی و پەراوێز و پیاچوونەوە:

١. ڕیگ ڤیدا

٢. پەیوەندی

٣. شێوازەکانی یۆگا